

UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO

CARRERA: TEOLOGÍA PASTORAL

**PRODUCTO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADA EN
TEOLOGÍA PASTORAL**

TÍTULO:

MANUAL DE ACOMPAÑAMIENTO PARA LAS JOVENES QUE SIGUEN EL
PROCESO VOCACIONAL EN LA CONGREGACIÓN “ESCLAVAS DEL
SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS” EN ECUADOR.

Autora: María Isabel Montesdeoca Sinchi

Director: José Guerra Carrasco

Quito, julio 2012

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo. María Isabel Montesdeoca Sinchi, declaro que el trabajo que aquí presento es de mi autoría, que no ha sido previamente presentada en ningún grado o calificación profesional, y, que he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

La Universidad Politécnica Salesiana, puede hacer uso de los derechos correspondientes a este trabajo, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su Reglamento y por la normatividad de la institución vigente.

María Isabel Montesdeoca Sinchi

CI. 0916702772

AGRADECIMIENTOS

Primeramente a Dios por su amor incondicional, que hace su historia conmigo y le da sentido a mi vida.

Al Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, por apoyarme en esta etapa de formación y por darme la oportunidad de aplicar los conocimientos adquiridos, al servicio del Reino.

Agradezco también a mis profesores, quienes con esfuerzo y dedicación han sabido entregar sus conocimientos, y con calor humano me han motivado a no flaquear y llegar al final de mi carrera universitaria.

También gratitud a quienes con sus sabias enseñanzas, consejos y paciencia facilitaron los conocimientos para culminar con este trabajo, esencial para mi desarrollo personal y profesional, y que ahora quiere reflejar los esfuerzos realizados.

DEDICATORIA

- A las jóvenes que quieren embarcarse en la maravillosa aventura de amar al Señor.
- A mis hermanas de la Comunidad Religiosa “Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús”.
- A mis padres, Gladys y Querubín
- Y a todas las personas que me han ayudado en la conquista de este sueño.

ÍNDICE GENERAL

INTRODUCCIÓN	1
--------------	---

CAPÍTULO I

CARISMA DE LA CONGREGACIÓN DE ESCLAVAS DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS

Contextualización histórica	4
Breve reseña de la vida de Rafaela María Porras Ayllón	8
Las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús hoy	22
Las obras de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús en el Ecuador	23
Visión, Misión y Espiritualidad del Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús	25
La Espiritualidad de la Reparación como eje de evangelización	26
Conclusiones preliminares	27

CAPÍTULO II

LA VOCACIÓN, UNA LLAMADA DESDE LA VIDA

Espiritualidad Ignaciana como fundamento en el trabajo evangelizador	30
La espiritualidad cristiana	30
San Ignacio de Loyola	33
Espiritualidad Ignaciana	34
Espiritualidad Ignaciana para las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús	36
Dimensión Teológica del Acompañamiento Espiritual	37
El discernimiento como camino para optar por un estilo de vida	39

Procesos de introyección para el encuentro con uno mismo	40
La Variable Psicológica en el Acompañamiento Espiritual	41
Consolación y Desolación	48
La Consolación Espiritual	49
La Desolación Espiritual	50
Claves del Acompañamiento Espiritual	51
Dios llama y acompaña en la Biblia	54

CAPÍTULO III

MANUAL DE ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL

Enfoque pedagógico crítico en el acompañamiento espiritual	56
La formación religiosa a través de competencias espirituales	58
Saber auto – conocerse	58
Saber vivir el Evangelio	58
Saber orar	59
Saber Discernir	59
 MANUAL DE ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL ACI	 60
TALLERES PARA DESARROLLAR EL AUTOCONOCIMIENTO	
TALLER 1: Rasgos de mi personalidad	61
TALLER 2: Mi autobiografía: Conociéndome a través de mi historia	63
TALLER 3: Conociéndome a través de mis gustos	65
TALLER 4: Afrontando mis dificultades	68
TALLER 5: Mis sentimientos y mis amistades	70
TALLER 6: Mi identidad de género	72
TALLER 7: Conociéndome a través de mi manera de reaccionar	74

TALLER 8: Mi familia y yo	76
---------------------------	----

TALLERES PARA APRENDER A VIVIR EL EVANGELIO

TALLER 9: Mi encuentro con Jesús	78
TALLER 10: Imágenes de Jesús	80

TALLERES PARA APRENDER A ORAR

TALLER 11: ¿Cómo aprender a orar?	81
¿QUÉ ES ORACIÓN?	81
PASOS PARA LA ORACIÓN	83
EXAMEN DE LA ORACIÓN	84
TALLER 12: Métodos de oración	86

TALLERES PARA APRENDER A “SABER DISCERNIR”

TALLER 13: El Discernimiento	87
El examen diario, ejercicio de discernimiento	89
Esquema del examen del día	91
Los efectos de los espíritus: Tercera regla de discernimiento	93
Cuarta regla de discernimiento: La desolación	94
Las reglas básicas para el discernimiento	96
TALLER 14: Llamada y respuesta	97

TALLERES PARA CONOCER EL CARISMA DE LAS ESCLAVAS

DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS

TALLER 15: Carisma ACI	99
TALLER 16: Discernimiento final	102
Mi Proyecto de vida	104

ESQUEMAS PARA EL DISCERNIMIENTO

Primer esquema	105
Segundo esquema: Mi proyecto personal	106
Tercer esquema: Guías para elaborar mi proyecto de vida	108

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES FINALES

Conclusiones	110
Recomendaciones	111
ANEXOS	112

INTRODUCCIÓN

ANTECEDENTES

En el presente proyecto, se estructura el Manual de Acompañamiento para las jóvenes que siguen el proceso vocacional en la congregación “ESCLAVAS DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS” en la República de Ecuador.

Este proyecto responde a la aspiración de las hermanas desde hace algunos años, ya que, a lo largo del tiempo hemos visto reducir el número de aspirantes a la vida religiosa. Frecuentemente se cuestiona el proceso de inducción que tienen las jóvenes aspirantes, llegando a identificar algunos problemas en el proceso.

En el Ecuador, cada vez, es menor el número de jóvenes que manifiestan su inquietud por la vida religiosa, en algunas ocasiones, incluso, no se logra alcanzar un adecuado proceso de discernimiento, debido a una concepción errónea del verdadero significado de la vida religiosa.

Algunas comunidades religiosas en el país, han desarrollado documentos como guías para el proceso de acompañamiento espiritual y vocacional, éste es el caso de los hermanos de la Sagrada Familia en Quito, los mismos que orientan la formación de manera secuencial y a la luz de su carisma particular.

La Comunidad de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, habían desarrollado hasta la actualidad, múltiples documentos para el seguimiento vocacional, pero, no se contaba con un documento que incorpore variables desde la Pedagogía, en el cual se detallen las competencias y habilidades específicas que deben manejar las aspirantes, al menos en los primeros momentos de su formación y que las vayan mejorando a través del acompañamiento espiritual y vocacional.

Consecuentemente, pensamos que éste documento que hoy se presenta se convierta en una ayuda pastoral y pedagógica para las hermanas que se encuentran al frente de la formación religiosa.

El trabajo realizado se ha desarrollado a manera de una guía, en donde se detalla secuencialmente, el proceso de inducción para las jóvenes con inquietud religiosa. Este documento no tendría validez sin la iluminación del Carisma particular de la Congregación de las Esclavas del Corazón de Jesús.

Una característica importante y permanente en la vida de la Comunidad de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús es el acompañamiento cercano en la formación pastoral, y, lo seguirá siendo con mayor dedicación, entrega y sacrificio sobre todo, para quienes son responsables de la Comisión de Pastoral Juvenil y Vocacional. Con seguridad ellas contarán con este Manual de Acompañamiento ACI que fortalece el proceso desde una perspectiva pedagógica – didáctica, generando un proceso de formación pastoral útil y duradero.

OBJETO DE ESTUDIO

La mayoría de las jóvenes que aspiran optar por la vida religiosa, como la opción fundamental de su vida, pertenecen a familias disfuncionales, entendidas como hogares incompletos, violencia intrafamiliar, pobreza, marginalidad, entre otros, contexto social que evidentemente influye en su experiencia de fe.

Ellas frecuentemente sienten la influencia del materialismo, consumismo, individualismo, inmediatismo, hedonismo, entre otros indicadores sociales. Estas dos situaciones repercuten de manera importante en las jóvenes, quienes visualizan la vida religiosa de manera equivocada y sin verdaderos compromisos.

En las aspirantes a la vida religiosa, observamos inseguridad, indecisión, temor, miedo de dejar su vida social y familiar para ingresar a la comunidad, la misma que exige responsabilidad, entrega, compromiso, entre otras cosas.

Por esta situación el acompañamiento debe ser certero, procesual, cercano, afectivo y sobre todo real, de tal manera que la decisión que tome la candidata a la Comunidad de las Esclavas del Corazón de Jesús, sea profunda y duradera, que el compromiso que realice le permita transitar por la vida religiosa sin cavilaciones y de manera segura.

La guía que se presenta a continuación tiene el objetivo de dar respuesta latente inquietud de desarrollar una herramienta teórica que permita una inducción asertiva y pertinente.

CAPÍTULO I

CARISMA DE LA CONGREGACIÓN DE ESCLAVAS DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS

1. Contextualización histórica

El denominado “Antiguo Régimen” define a la sociedad anterior a la Revolución Francesa de 1789, como un sistema económico y social en el que las personas estaban organizadas en “estamentos” y la economía era esencialmente rural y señorial. La estructura social era fija, no se movía, y todas las personas eran desiguales desde que nacían. El cambio de clase social era prácticamente imposible.

En lo social, la Sociedad Estamental estaba dividida en tres grandes grupos:

- *La Nobleza:* Era el 5% de la población. A ella se pertenecía por nacimiento o por privilegio real, controlaba enormes cantidades de tierras y bienes sobre las que tenía derechos jurisdiccionales y se vivía de las rentas e ingresos que éstos le proporcionaban. Los nobles no pagaban impuestos. Ocupaban la mayoría de los cargos públicos.
- *El Clero:* Era el 2% del total de la población, y controlaba el 40% de las propiedades. Tampoco pagaba impuestos y junto a los nobles eran “los privilegiados”. También tenían derechos jurisdiccionales, percibían el diezmo, etc.
- *El tercer estamento:* Compuesto por campesinos, burgueses y clases populares de las ciudades. Apenas conseguían sobrevivir porque los impuestos y obligaciones respecto a las clases anteriores o a la corona no les permitía mejorar. No decidían nada ni ocupaban cargos, aunque algunos burgueses vivían bien y se habían enriqueciendo, sobre todo con el comercio.

Felipe V (1700-1746) fue el primer rey de la dinastía de los Borbones y se constituyó en el inicio del fin del Antiguo Régimen. La llegada de la nueva dinastía borbónica propició importantes cambios en la estructura del Estado.

Los primeros Borbones adoptaron diversas medidas centralizadoras, con el objetivo de crear un Estado más eficaz. En este sentido adoptaron novedades importantes, como un nuevo modelo de administración con importantes consecuencias territoriales, políticas, económicas y aun militares. En 1787 se estableció la Junta Suprema de Estado, que fue el antecedente del futuro Consejo de Ministros.

La nueva dinastía intensificó la política legalista, buscando la supremacía de la Corona y del poder civil sobre la Iglesia. Las dos medidas principales fueron el establecimiento de un mayor control sobre la Inquisición y, sobre todo, la expulsión de la Compañía de Jesús, medida adoptada por Carlos III en 1767.

Para 1800, las corrientes liberales recorrían toda Europa, lo que significaba, desde un punto de vista social y particularmente ciudadano, la separación de la Iglesia y el Estado. Quienes estuvieron al frente de los gobiernos liberales de los diferentes países, dieron pasos agigantados para cambiar el estilo de vida religiosa por un estilo de vida secolar que legitimara el laicismo.

La Iglesia sufrió un desmantelamiento institucional y patrimonial. Su poder se fue reduciendo y los conventos se redujeron a un tercio, mediante medidas que favorecían la exclaustación. Los religiosos que decidieran abandonar los conventos tuvieron el apoyo del gobierno, lo que provocó que el Estado y la Iglesia vayan deteriorando sus relaciones y se vayan enfrentando hasta que se recrudecieron las discrepancias con motivo de las desamortizaciones.

Con la desamortización, la mayoría de las Órdenes regulares masculinas (las más ricas en tierras y bienes) desaparecieron, mientras que las femeninas, carentes de bienes, sobrevivieron. Los sacerdotes perdieron parte de su patrimonio e ingresos, pero gracias a

las atribuciones que el Estado les otorgaba –como las funciones de registro civil-, no sólo perduraron, sino que incluso crecieron en número.

España no fue la excepción. Los partidos políticos se orientaron especialmente a elaborar nuevas Constituciones donde pusieron las bases para una España laica. Lo que esto significó fue la declaración de monasterios y conventos como propiedades estatales. Sólo a tres comunidades religiosas: Escolapios, Hermanos de San Juan de Dios y las comunidades que formaban misioneros para Filipinas, debido a que se dedicaban a la actividad social de beneficencia, se les permitió continuar con sus tareas, dado que eran útiles a los intereses de los nacientes partidos políticos. La Europa protestante aprovechó la ruptura con la Iglesia católica para liberalizar sus terrenos y repartirlos a campesinos, mientras que España continuaba sumida en un mercado de tierras inmóviles.

En la Iglesia ocupaba la silla de Pedro el Papa Pío IX, quien en 1846 había sido elegido para suceder en el papado a Gregorio XVI, despertando grandes esperanzas entre los nacionalistas italianos, por su talante liberal. Sin embargo, al estallar las revoluciones de 1848, el Papa rechazó la oportunidad de alinearse con el movimiento nacionalista, entrando en guerra contra Austria. Cuando la revolución alcanzó a sus propios Estados, y éstos se proclamaron como “la República romana”, Pío IX huyó de la ciudad y se puso bajo la protección de los ejércitos franceses, napolitanos y españoles en Gaeta. Estamos en el año 1848. Desde Gaeta bendijo la campaña militar contra la República, lo que le permitió recuperar su poder temporal hacia 1850.

Desde entonces, su pontificado fue una cruzada contra el liberalismo y el mundo moderno, a los que intentó contrarrestar revitalizando la religiosidad católica. En ese sentido, restauró la jerarquía católica en los países de predominio protestante como Inglaterra (1850) y Holanda (1853). Calificado de autoritario y brutal, en 1864 el Papa condenó todos los “errores” del mundo moderno mediante la promulgación de un *Syllabus* que incluía la proscripción del liberalismo, el racionalismo y el cientifismo, así como la renuncia de la Iglesia a reconciliarse con el progreso. Entre 1869 y 1870 reunió al Concilio Vaticano I, al que hizo aprobar el dogma de la infalibilidad del Papa.

La rigidez e intolerancia de que hizo gala la Iglesia bajo el pontificado de Pío IX debilitó sus posiciones en toda Europa, favoreciendo la extensión del anticlericalismo y el surgimiento de posturas oficiales beligerantes contra la Iglesia, como la *Kulturkampf*¹ de la Alemania de Bismarck.

En 1868, en España se acababa de estrenar una revolución. Las distintas fuerzas políticas que hacían oposición a la monarquía de Isabel II lograron derrocarla del trono. Progresistas, Unionistas y Demócratas obligaron a la reina a exiliarse para salvar su vida.

Al año siguiente, 1869, se estrenó una nueva Constitución, que era la cuarta entre las aprobadas desde 1812 y puestas en vigor con todas las normas legales. El deseo de limitar la autoridad de la monarquía y de encauzar el protagonismo político del pueblo se había expresado ya en otras constituciones donde primaba el liberalismo. Por tanto, en España se vivía todo el auge de las corrientes liberales, lo que significaba, desde un punto de vista social y particularmente ciudadano, la separación de la Iglesia y el Estado.

Los partidos políticos se orientaban especialmente a elaborar nuevas Constituciones donde se ponían las bases para una España laica, lo que significaba declarar a monasterios y conventos como propiedad estatal.

¹ *Kulturkampf* (en alemán, ‘cultura’ y ‘lucha’), nombre dado al conflicto que enfrentó a la Iglesia católica y al Imperio Alemán (1871-1883). En 1870, el Concilio Vaticano I aumentó el poder del papa promulgando el dogma de la infalibilidad papal. El canciller alemán Otto von Bismarck consideró que extrema obediencia de los católicos alemanes a Roma, unido al poder político del Partido del Centro (formado por católicos), representaba una amenaza para el imperio. En 1872, Bismarck nombró a Adalbert Falk ministro de Instrucción Pública y Asuntos Eclesiásticos; éste suprimió a la Compañía de Jesús, y todos los jesuitas fueron expulsados de Alemania; al año siguiente, se votó “las leyes de Mayo”, en virtud de las cuales el clero católico quedaba supeditado al Estado. El matrimonio civil se declaró obligatorio, pese de la oposición de la Iglesia católica alemana; además de los jesuitas, fueron disueltas las congregaciones lazaristas y redentoristas, y sólo se respetó a las hospitalarias. Cientos de sacerdotes fueron encarcelados, la mitad de los obispos alemanes fueron destituidos y muchos huyeron. El diálogo entre el Vaticano y el Imperio se reinició tras la muerte de Pío IX y el ascenso de León XIII en 1878. Cfr. Microsoft Encarta, 2009.

Es propio del Estado hacer que se respete el derecho de todos, no encargarse de trabajos que los individuos pueden desempeñar con más extensión y eficacia. La supresión de la enseñanza pública es, por consiguiente, el ideal a que debemos aproximarnos, haciendo posible su realización en un porvenir no lejano”. “Hoy no puede intentarse esa supresión, porque el país no está preparado para ella... Para que la enseñanza privada pueda por si sola generalizar la ciencia es preciso que las naciones sientan vivamente la necesidad de la cultura científica y la estimen en más que los sacrificios que ocasiones².

Es en este contexto histórico donde Rafaela María Porras Ayllón, junto a su hermana Dolores, vieron la necesidad de ponerse al servicio de una debilitada Iglesia que había perdido su inmenso poder político y económico.

2. Breve reseña de la vida de Rafaela María Porras Ayllón

Rafaela María Porras Ayllón nació el 1 de marzo de 1850, en Pedro Abad, (Ubicado en Córdova, de Andalucía en España). Era la décima entre sus hermanos, y nació en una familia que contaba con suficientes bienes económicos. Don Ildefonso, padre de Rafaela y jefe de familia, era dueño de casi toda la tierra y gentes de la villa de Pedro Abad, localidad de la que fue alcalde hasta su muerte.

En el texto “Cimientos para un edificio”, elaborado por la hermana Inmaculada Yañez³, se nos relata que Rafaela María quedó huérfana de padre a los 4 años de edad. Don Idelfonso murió a causa de una epidemia del cólera que se suscitó en el lugar. Por ello es que la pequeña Rafaela María no tenía mayores recuerdos de su padre, salvo aquellos que les habían aportado su madre y sus hermanos, que le permitirían recordarlo como un hombre heroico, pues siendo alcalde del lugar, se entregó al servicio de los pobres, sobre todo cuando éstos se contagiaron de cólera. Al morir el padre, sería su madre quien asumió la tarea de educar a sus hijos, sobre todo, a las dos menores, a quienes les puso un profesor para que las educará intelectualmente, dentro de su casa.

² YÁÑEZ Inmaculada, “Hemos creído en el amor”, manuscrito, Roma, 1975, p. 99. Tomado del preámbulo del decreto.

³ Cf. YÁÑEZ Inmaculada, “Cimientos para un edificio”, Editorial Católica, Madrid, 1979, pp. 8-12.

La obra antes citada también nos narra que a la edad de 15 años, Rafaela hizo voto perpetuo de castidad dentro de la iglesia “San Juan de los Caballeros”. A los 18 años perdió a su madre, víctima de un ataque cardíaco. Sólo la acompañaba Rafaela, por lo que le correspondió a ella cerrarle los ojos de su madre muerta. Esto será lo que recordará de aquella noche:

Algunos hechos de mi vida en que he visto la misericordia y providencia de mi Dios patente. La muerte de mi madre, a quien yo cerré los ojos por hallarme sola con ella en aquella hora, abrió los ojos de mi alma con un desengaño tal, que la vida me parecía un destierro. Cogida a su mano, le prometí al Señor no poner jamás mi afecto en criatura alguna terrena. Y nuestro Señor, al parecer, cogió mi oferta, porque aquel día me tuvo toda ocupada en pensamientos sublimísimos de la vaciedad y nada que son todas las cosas de tierra y de lo único necesario, que era aspirar a sólo lo eterno, que casi, o del todo, me desterró la pena. Esta jaculatoria o décima se me grabó de tal manera, que no sólo aquel día, sino toda mi vida, me ha servido de estímulo para la virtud: ‘yo. ¿Para qué nací? Para salvarme...’, etc. continuaba cada día entrando más en mí, y la Providencia divina, que ya iba formando sobre mí sus designios, me ponía casi continuamente objetos a la vista que me fuesen cada vez más desengañando del mundo⁴.

Podemos destacar que la familia de Rafaela María tenía algo muy característico de ellos: ejercer la caridad. Por esa razón es que las dos hermanas se entregaron por entero a servir a Dios y a los pobres. Pese a esta característica, el resto de la familia se alteró cuando se enteraron que las dos hermanas estaban dispuestas a derrochar su fortuna y dedicarse por completo al servicio de los demás. Ellas tenían a su servicio algunas criadas, y cada una de las hermanas escogía a una de esas criadas para que las acompañaran a hacer visitas a los enfermos. Cada una salía indistintamente, para no llamar la atención del resto de la familia.

Las dos hermanas vivieron estos primeros años de intimidad con Dios gracias a su permanente oración, y llegaron a servir a los demás a través del servicio, la justicia y la promoción humana, tareas nada fáciles dada la agitación que se vivía en aquella época,

⁴ YAÑEZ Inmaculada, Palabras a Dios y a los hombres: “Apuntes Espirituales” No. 17, Editorial S.A. Printed in Spain, Madrid, 1989. p. 1065.

en una España sumergida en una revolución que pretendía instituir una estructura liberal y anticlerical.

La Hermana Inmaculada, en el texto que venimos siguiendo, cuenta que en ese tiempo la población de Pedro Abad tenía unos dos mil habitantes, quienes vivían alejados de las agitaciones políticas que se desarrollaban en las grandes capitales. La familia Porras era de una clase social alta, compuesta por terratenientes por naturaleza muy conservadores.

Curiosamente, esta postura social e ideológica no se entrevé en las dos hermanas. Por el contrario, pareciera que ellas viven para “echar la casa por la ventana”. En esta época, puede decirse, las actividades realizadas por las dos hermanas chocaban con los hábitos de la sociedad de su tiempo. El modo de proceder que tenían Rafaela y su hermana provocó una gran ruptura con la familia, puesto que ésta no aprobaba lo que hacían las hermanas. Ahora bien, si ellas lograron superar la molestia del resto de la familia fue gracias al apoyo de las criadas, quienes les ayudaban a entrar y salir de la casa por puertas secundarias.

En otra obra de la misma autora que estamos siguiendo, se relata cómo las dos hermanas tenían en común al mismo director espiritual, el párroco del lugar, quien no duró mucho tiempo en ese cargo, ya que por influencia de la familia de estas hermanas, fue cambiado a otro lugar. Eso no desanimó a las hermanas en su esfuerzo por entregarse a los más necesitados: *“el Señor, a quien el pobre representa, pide ser servido, y por nada ha de rehusarse”*⁵. Y eso se debió a que, con la ayuda de su director espiritual, habían puesto bases muy sólidas para su vida espiritual, como lo eran una activa vida sacramental y un culto permanente a la Palabra de Dios. Pese a la lejanía, las dos hermanas no perdieron el contacto de su director espiritual, ya que continuaron comunicándose con él por medio de cartas.

1873 es un momento culmen en la vida de las dos hermanas, pues se dispusieron a abrazar la vida religiosa. Para ello acuden al convento de las Clarisas de Santa Cruz en

⁵ YANEZ Inmaculada, “Amar Siempre”, editorial S.A. Printed in Spain, Madrid, 2009, p. 9.

Córdoba, para ultimar los detalles y concretar su vocación religiosa. Las hermanas escriben la siguiente carta dirigida al arcediano de la catedral de Córdoba:

Hace muchos años que nos sentimos inclinadas, y deseamos seria y formalmente abrazar el estado religioso, inclinándonos especialmente a las Carmelitas y en el convento de Santa Ana, de Córdoba⁶.

El 13 de Febrero de 1874, salen definitivamente de Pedro Abad y se dirigen al convento de las Clarisas, a la espera de alguna respuesta a su solicitud para ingresar al mencionado convento. Al cabo de casi un año recibieron noticias de los eclesiásticos, donde les pedían colaborar en una obra que era de primera necesidad en Córdoba: la enseñanza religiosa; para ello también les pedían la entrega total de sus pertenencias, sin con ello prometerles nada humanamente.

Ese mismo año de 1874, ardía la guerra entre Carlistas y Liberales, que terminó con la restauración de la monárquica que entronizó a Alfonso XII. En medio de ese acontecimiento apareció el P. José Antonio Ortiz Urruela, que estaba de paso por España. Él era un predicador famoso, un director espiritual muy cotizado, un erudito, experto en apologética, que no tenía miedo a nada ni a nadie. Cuando llegó a España venía proveniente de Roma, donde había participado en el concilio Vaticano I.

El Padre Ortiz fue un personaje importante en la vida de las dos hermanas, quienes por orden del arcediano de Córdoba, estaban comprometidas en el proyecto de fundación de un monasterio dedicado a la Visitación. El mismo arcediano dio a conocer el proyecto al Padre Ortiz y le habló profusamente de aquellas dos jóvenes que querían consagrar su vida al Señor y que esperaban mayor claridad radicadas en el convento de Santa Cruz, esperando la decisión respecto al camino que debían seguir. El arcediano pidió su parecer al Padre Ortiz.

⁶ YANEZ Inmaculada, “Cimientos para un edificio”, editorial Católica S.A., Madrid, 1979, p.35.

Luego de conocer a las dos hermanas el Padre Ortiz se convirtió en su director espiritual. El vicario capitular, que era el mismo arcediano, confió al Padre Ortiz el plan que había formulado respecto a las dos hermanas, y éste manifestó que lo más conveniente para las hermanas era un convento dedicado a la adoración del Santísimo. El arcediano aceptó, a condición de que no descuiden la atención de la educación de las jóvenes cordobesas.

Las dos hermanas empezaron su postulanteo el 1 de marzo de 1875 en la Sociedad de María Reparadora, sociedad que era patrocinada por el Padre Ortiz Urruela. Las dos hermanas conocían ese proyecto y lo aprobaban porque estaban en un espíritu de total disponibilidad, más no porque sintieran especial inclinación a la educación.

Entre las hermanas Reparadoras las dos hermanas conocieron las reglas de San Ignacio de Loyola y amaron el espíritu de la Compañía de Jesús, lo que luego sería uno de los tesoros más preciados del Instituto de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús. Además de eso, allí las dos hermanas aprendieron a ser religiosas, asimilaron lo que significaba seguir los consejos evangélicos (pobreza, castidad y obediencia) y las exigencias de la hermandad. En esa etapa, ellas experimentaron la alegría de vivir junto a personas que tenían sus mismos ideales, aunque eran de diversos temperamentos y limitaciones.

También aprendieron que la vida religiosa institucionalizada que habían acogido venía siguiendo las normas de unos cuantos santos, y que el Instituto no estaba sujeto a una vida de clausura o monástica, propiamente hablando, sino que tenía una finalidad apostólica.

Ambas se prepararon para sellar su decisión definitiva haciendo sus votos públicos frente a la asamblea eclesial, el 4 de Junio, fiesta del Sagrado Corazón de Jesús. Según la costumbre de la época, las dos hermanas cambiaron sus nombres de pila y acogieron unos nuevos nombres que querían simbolizar que empezaban una vida nueva, distinta. Desde ese momento, Dolores fue *María del Pilar*, y Rafaela *María del Sagrado Corazón*.

Pasaron 19 meses hasta que la obra se vio interrumpida por dificultades que se suscitaron entre las Reparadoras y el Obispo de Córdoba, por lo cual, las hermanas Reparadoras decidieron salir de Córdoba y trasladarse a la ciudad de Sevilla. Las dos hermanas decidieron permanecer en Córdoba, con un grupo de novicias, y luego de un profundo discernimiento, buscando la voluntad de Dios, decidieron quedarse al amparo de la Providencia y bajo la protección del Obispo y del Padre Ortiz Urruela.

Así comenzó la nueva comunidad, de la cual fue nombrada superiora Rafaela María (madre del Sagrado Corazón), cargo que aceptó para hacer “la obra más grande”: hacer la Voluntad de Dios. Los asuntos económicos quedaron a cargo de la hermana Dolores (María del Pilar).

El 14 de octubre de 1876, quedó formada una nueva comunidad que luego será conocida como “Esclavas”. Rafaela María debió ser consciente de lo costoso que le iba a resultar ese nombramiento, ya que junto a su hermana mayor (Dolores), quien siguió interviniendo en asuntos que sólo competían a la superiora, quien era, el mismo tiempo, maestra de novicias⁷.

En esta época, España atravesaba por una etapa de relativa paz política y de expansión económica. Reinaba Alfonso XII y con él se aprobó una nueva Constitución de corte monárquico, donde el Estado español se declaraba católico. Así lo declaraba el artículo 11:

*“La religión católica, apostólica y romana, es la del Estado. La nación se obliga a mantener el culto y sus ministros. Nadie será molestado en el territorio español por sus opiniones religiosas ni por el ejército de su respectivo culto...”*⁸.

⁷ Es importante destacar que Rafaela María, por su experiencia y por ser muy devota del Corazón de Jesús, supo cumplir muy bien con la tarea en la formación. En esa comunidad, por ser jóvenes entre 26 y 30 años, reinaba la alegría además del deseo de una entrega total al Señor.

⁸ YAÑEZ Inmaculada, “Hemos creído en el amor”, manuscrito, Roma, 1975, p. 86.

Mientras pasaba todo esto en España, la pequeña y reciente comunidad de novicias sentían la necesidad de “institucionalizarse”, es decir quedar definidas oficialmente. Para entonces ejercía como obispo Fr. Ceferino González, quien hablaba con todas y con cada una de las novicias, encontrando en ellas un sentimiento muy gozoso de hermandad y un gran deseo de donarse. De las dos hermanas sólo escuchaba elogios. De una reunión comunitaria, Dolores recordaría el siguiente diálogo:

- *Y ahora, ¿Qué queréis hacer?*
- *Vivir reunidas y seguir el género de vida que llevamos bajo la protección de V.E.*
- *¿Y haréis lo que yo quiera?*
- *Si, Ilmo. Señor, obedeceremos en todo a V.E.”*⁹

Las novicias nunca sospecharon que las palabras con las que respondieron a las preguntas del obispo tendrían consecuencias poco después: *“Como gente joven y sin experiencia de vida religiosa, no calculamos lo que la pregunta del señor obispo y la respuesta nuestra encerraba; y así, en cierto modo, S.E. tenía razón para increparnos después...”*¹⁰

En términos legales, el Instituto nació un 30 de diciembre de 1876, alrededor de Rafaela María y Dolores Porras, gracias a un decreto del obispo de Córdoba, fray Ceferino, quien hablaba de la conveniencia de que las novicias más antiguas hicieran sus votos religiosos¹¹; para ello pidió examinar el ritual de la ceremonia y las Constituciones o Reglas que iban a regir a la nueva comunidad¹².

⁹ Ibídem

¹⁰ Ibídem, 53

¹¹ La fecha para dicho acto religioso se fijó para el 2 de febrero de 1877.

¹² El obispo pensaba que el nuevo Instituto debía tener carácter diocesano y con ello quería reforzar la clausura. Pero las normas y prácticas del Instituto se apartaban bastante de lo acostumbrado por aquel entonces en la vida religiosa femenina. Las hermanas estuvieron dispuestas a obedecer las orientaciones del obispo, pues habían hecho ese voto de obediencia.

Las hermanas presentaron al señor obispo unas reglas que habían copiado casi al pie de la letra de las Constituciones de la Compañía de Jesús. A estas reglas, el obispo le hizo grandes modificaciones y alguno que otro arreglo en cuanto al culto de la adoración, pues al obispo le pareció exagerado que se expusiera al Santísimo diariamente y pidió que sólo se lo expusiese los días de fiesta y parece que también los jueves. Si las hermanas cumplían estas sugerencias, tendrían del obispo su protección.

Para la ceremonia de profesión religiosa, las hermanas Porras y otras cuatro novicias se preparaban con unos ejercicios espirituales, los cuales se vieron interrumpidos por el fiscal eclesiástico de aquel entonces, el Padre Camilo de Palau, quien creía en conciencia que no podía dejar que las hermanas ignoren las variaciones que el obispo pretendía introducir en su plan de vida religiosa.

Frente a las aclaraciones que les hizo el Padre Camilo de Palau, las dos hermanas quedaron atónitas y decidieron llamar a su director espiritual, el Padre José Antonio Ortiz Urruela, para comunicarle todo lo acontecido. Parece que al padre Ortiz esto no le tomó por sorpresa, pero sugirió esperar un poco para evitar complicaciones generadas por alguna intervención desafortunada. La discusión de las hermanas y los padres Palau y Ortiz giraba en torno a cuáles serían las soluciones inmediatas:

— *¿Podríamos desobedecerle, sin desobedecer la voz de Dios?*

— *Nuestras Reglas son las de San Ignacio.*

— *A nadie le pueden imponer una vocación que no es la suya.*

— *Pero si el obispo no renuncia a su idea, ¿qué haremos?*

— *¿Renunciar a su idea fray Ceferino? Yo lo he conocido en el concilio Vaticano, y no es de los que ceden.*

— *(¡Dios mío, y yo que pensaba que la salida de Pedro Abad iba a ser mi última aventura!)*¹³

¹³ YAÑEZ Inmaculada, “Amar Siempre”, Op. Cit. p. 33.

Luego de esta conversación, hubo algo que quedó claro: las hermanas iban a defender las reglas de San Ignacio y el estilo de vida religiosa que llevaban hasta ese momento. Ese era el sentir de toda la comunidad. El Padre José Antonio Ortiz Urruela se comprometió a notificar esta decisión al Provisor de la diócesis, en vista de que no se encontraba el obispo. Enterado el Provisor de esta decisión, inmediatamente acudió a la casa de las hermanas y constató la serenidad y la firmeza que éstas tenían frente a la decisión tomada, por lo cual escribió al obispo notificándole lo acontecido y preguntándole si iba a modificar lo que antes se había decidido. Conseguir un cambio de idea del obispo era algo verdaderamente difícil, más aún porque no estaba en la diócesis. Con estos ánimos, obviamente no hubo ceremonia de profesión el 2 de febrero. Pero, el 5 de febrero, a media mañana recibieron una notificación importante, que provocó una serie de incidentes trascendentales y casi sorprendentes. Se hicieron presentes en la casa de las hermanas el Provisor y el Fiscal eclesiásticos para comunicar a la comunidad que el obispo estaba contento con ellas y que las seguiría protegiendo, pero que era necesario que ellas aceptaran las modificaciones que él sugería en el estilo de vida que regiría al nuevo Instituto. En seguida dieron lectura a un escrito que llevaban consigo, donde constaba la decisión del obispo; una vez terminada la lectura, las hermanas se sintieron intimidadas, presionadas a aceptar dichos “arreglos”. Les dieron 24 horas para dar una “respuesta favorable”. Dado que no había forma de llegar a una conciliación, las hermanas tomaron una decisión clara: la obediencia se la debían sólo a Dios, y para hacer su voluntad tomaron la decisión de salir de Córdoba y trasladarse a Andújar. En Córdoba sólo quedaron Dolores con dos novicias y una postulante, para dar las debidas explicaciones, tanto a los eclesiásticos como a las familias de las novicias.

Así fue como toda la comunidad, sin conversar con nadie lo que iban a hacer, sintieron la profunda voz del Espíritu y resolvieron salir de Córdoba. La decisión fue acogida por el director espiritual de las hermanas y él las animó a irse a Andújar. Hacia allá partieron por la noche, desprovistas de hábitos, para que nadie las vea; cada una se puso lo que encontró disponible, y así, disfrazadas, tomaron el tren. Con todo parece que no pasaron muy desapercibidas por las personas que viajaban junto con ellas, ya que llamaban mucho la atención por los trajes que usaban. Ya en Andújar fueron hasta un hospital al

que habían sido recomendadas por el Padre José Antonio Ortiz; allí las acogieron a todas en una sola habitación, donde descansaron de la larga noche de insomnio y del incómodo viaje hecho.

Al día siguiente, el primero que llegó a la casa donde se habían quedado Dolores y las novicias, fue el Padre José Antonio Ortiz, para preguntarles si ya estaban listas para emprender el viaje, a lo cual Dolores respondió que, excepto ellas, todas las hermanas se habían ido muy contentas.

Luego de celebrar juntos la Eucaristía, el Padre Ortiz se marchó llevando consigo una carta que Dolores dirigía al Provisor, notificado lo ocurrido. Esta carta se quedó a medio camino, porque ya había transcurrido el plazo de 24 horas que se había dado a las hermanas para que acepten las modificaciones propuestas por el obispo. Cuando el Padre Ortiz llegó a la casa del Provisor eclesiástico, éste pretendió obtener alguna información sobre las novicias, pero lo la obtuvo.

Con toda esta situación, el Provisor notificó a Dolores que ya no era religiosa y que no era digna de llevar el hábito. La respuesta de Dolores fue pedir un poco de tiempo para buscar ropa de seglar y poder cambiarse¹⁴.

Mientras hablaban el Provisor eclesiástico y Dolores, la casa se llenó de familiares de las novicias que, enterados de los acontecimientos, se pusieron de parte de sus hijas, igual que lo hicieron algunos sacerdotes amigos, y hasta uno de los hermanos de Rafaela María y Dolores, que en esta ocasión las aprobaba plenamente. Por la tarde aparecieron el gobernador civil y muchos curiosos, preguntando por las que se habían marchado; al ver las puertas del convento abiertas, muchos entraron y recorrieron varias partes de la casa. Frente a esto, Dolores se mantuvo la cabeza en alto y respondió con viveza a todas las interrogantes que le hacían las autoridades, tanto eclesiásticas como civiles.

¹⁴ Cf. YAÑEZ Inmaculada, “Amar Siempre”, editorial Católica, Madrid, 2009, p. 36.

El gobernador consiguió dar con el paradero de las catorce jóvenes haciendo averiguaciones en la estación de tren. Allí le dijeron que se habían vendido 14 boletos de tercera clase para Andújar. El gobernador se puso en contacto inmediatamente con el alcalde de dicha localidad, por medio de un telegrama donde pedía se proceda a la detención de las jóvenes. Dolores reclamó al gobernador por esa arbitraria decisión tomada, pues no tenía derecho a detenerlas.

Mientras tanto, en Andújar, luego de haberse organizado en la habitación, las novicias se encontraban descansando, cuando alrededor de las diez de la noche llegó al hospital un agente de la autoridad que preguntaba por ellas, pues había recibido la notificación que esas jóvenes habían fugado con contrabando. Pero, la superiora del hospital no permitió que se las despertara, por lo que el representante de la autoridad ordenó poner guardias a la puerta del establecimiento.

Al día siguiente se presentó toda una delegación, que esperaba dar con un grupo de contrabandistas, y lo que vieron fueron unos rostros juveniles con una serenidad tal, que se interesaron enseguida por esta pequeña comunidad. Preguntaron el nombre de la joven superiora. El alcalde reconoció el apellido, pues era de una familia respetable, y al hacer las respectivas investigaciones supo que pertenecía a tan digna familia, y que era hermana de Ramón Porras, de quien el alcalde había sido compañero de estudios. A partir de esa visita, la superiora y todas las hermanas de la comunidad contaron con el apoyo y el respeto del alcalde.

El hospital pertenecía a las hermanas de la Caridad. Allí permanecieron las jóvenes novicias, ayudando en todo lo posible a las hermanas, sin descuidar la oración, la vida comunitaria y el rezo del oficio en comunidad. A pesar de las dificultades, se las veía a todas muy animadas y con un entusiasmo que embargaba a todos los que se acercaban a ellas.

Una carta que dirigida a Dolores por el P. José Antonio, comunicaba así sus impresiones:

Esto marcha bien; las religiosas son cada día más estimadas en la población, la cual tiene grande empeño en que se queden aquí. Particularmente la vista y trato de tu hermana tiene encantados y entusiasmados a los que la ven y tratan. Ayer me decía el síndico del ayuntamiento: ¿De dónde han sacado ustedes una superiora como ésta? Lo mismo sucede, más o menos, con todas las otras. Todas se están conduciendo admirablemente¹⁵.

Pero, las dificultades no terminan aún, ya que había un informe desfavorable respecto a las jóvenes novicias que iba camino a Jaén. Con dicho informe, el obispo de Jaén se unió a quienes no comprendían a la comunidad y así la presión aumentó, al punto de que se envió una carta a las Hijas de la Caridad, en la cual se les ordenaba despedir a las jóvenes novicias. La superiora del hospital transmitió la noticia a Rafaela María y ésta y sus compañeras, decidieron trasladarse a un hospital que estaba al frente del primero.

Mientras tanto, al Padre José Antonio se le prohibió ejercer su ministerio sacerdotal, tanto en Córdoba como en Jaén, debido a que estaba implicado en todo lo que hacían las jóvenes novicias. Esta noticia, el Padre Ortiz, se la comunicó sólo a Rafaela María.

Por su parte, las hermanas que se habían quedado en Córdoba, vestidas de seglar, recibían visitas a todas horas para recibir apoyo por los hechos acontecidos. Mientras tanto, el Provisor eclesiástico se había reunido con las madres de las jóvenes novicias para pedirles que las hicieran regresar; pero el provisor se dio cuenta que no podía conseguir nada con ellas, pues las madres apoyaban a sus hijas en todo cuanto estaban haciendo.

Uno de los días de febrero, Dolores fue a Andújar, acompañada de su hermano Ramón y de una madre que tenía dos hijas novicias. Al llegar donde estaban las jóvenes novicias, los recibió Rafaela María, quien les comunicó lo que le había sucedido al Padre José Antonio, por lo cual resolvieron ir inmediatamente a Jaén para hablar con el obispo del lugar.

¹⁵ YAÑEZ Inmaculada, “Cimientos para un edificio”, editorial Católica, Madrid, 1979, p. 68.

Luego de conversar con el prelado, éste cambió de actitud y propuso al Padre José Antonio que volviera. Días después el Padre José Antonio les envió una carta donde les daba a conocer a Rafaela María y a Dolores que se encontraba enfermo. Las hermanas, junto a su hermano Ramón, decidieron ir a Madrid para visitarlo y saber más de cerca sobre su estado de salud. Luego de esta visita, Rafaela María regresó a Andújar para acompañar a las novicias, quedándose Dolores para acompañar al Padre Ortiz hasta su deceso.

Las hermanas se quedaron sin el gran apoyo humano que les brindaba el Padre José Antonio. Pero la última palabra no estaba dicha. Dios tenía sus planes.

Mientras que el sacerdote se debatía entre la vida y la muerte ocurrió un encuentro que iba a ser trascendental. Uno de aquellos días, Dolores coincidió con el P. José Joaquín Cotanilla, confesor del padre José Antonio, y a partir de aquel día lo vio en repetidas ocasiones. El P. Cotanilla era entonces superior de una pequeña residencia de jesuitas de la calle de San Vicente Alta, de Madrid. Cuando contaba su vida, parecía una novela de aventuras. Había padecido y sobrevivido a innumerables persecuciones¹⁶.

A Dolores le inspiró tanta confianza el Padre Cotanilla, que al cabo de pocos días se decidió a contarle todo acerca de su vocación y de los acontecimientos vividos hasta ese momento. Cuando Dolores terminó de hacer su relato, el Padre Cotanilla acotó: *“A mí me parece que ésta es una obra de Dios verdaderamente. Si no seguís adelante, sería como volverle las espaldas a él”*¹⁷.

El jesuita la puso en comunicación con el obispo de Ciudad Real y con el auxiliar de Madrid. Así mismo les aconsejó que se pongan en contacto con el cardenal-arzobispo de Toledo, quien después de discurrir y consultar con el Padre Cotanilla, les autorizó que se establezcan en Madrid.

¹⁶ YAÑEZ Inmaculada, “Amar Siempre”, op. cit, p.39.

¹⁷ Ibídem.

Después de esta entrevista, Dolores regresó a Andújar para encontrarse con su hermana y juntas contarles a las novicias el estado de la cuestión y la esperanza de acogida que les ofrecía el cardenal de Toledo. Pasados unos días, Dolores y una novicia partieron a Madrid para buscar una casa donde alojarse, ahora sí con todas las licencias eclesiásticas. Consiguieron un lugar en el segundo piso de la Calle de la Bola en Madrid.

Al enterarse Rafaela María de que ya tenían hospedaje, preparó el viaje con el resto de novicias. Esta sería la última etapa de su peregrinación. Siempre habían tenido firme su confianza en el Señor, caminando hacia adelante, aunque todo pareciera una noche muy oscura. La fe no decayó nunca entre las hermanas. Llegaron todas a Madrid los primeros días de Abril de aquel mismo año.

Luego de instalarse en su nueva residencia, las dos hermanas se presentaron ante monseñor Sancha y Hervás, obispo auxiliar de Madrid, quien les autorizó a vestir nuevamente el hábito de religiosas, siempre que lo hagan lo antes posible.

Fue el Padre Cotanilla quien les ayudó en la redacción de la solicitud para que el cardenal de Toledo les conceda la licencia escrita de la fundación. Pero, ¿Cuál sería el nombre que llevaría el Instituto?; Las hermanas, con las dificultades que habían tenido, no se habían detenido a pensar en el nombre que debía llevar el Instituto, por lo cual el jesuita sugirió el de “Reparadoras del Corazón de Jesús”, nombre que fue acogido por las hermanas. Este primer nombre luego fue cambiado por el de “Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús”.

Este fue el comienzo de una nueva fundación religiosa: el Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús. Con todo lo relatado anteriormente podemos decir que todo el proceso era una obra de Dios que iba poniendo las bases para que esta nueva fundación sea de unas hermanas que siempre vivan confiando en el Señor, sin dar marcha atrás.

Varios meses después se encontrarían frente a frente con el obispo de Córdoba. Dolores dio las respectivas explicaciones de sus motivaciones, evidencia ante la cual el obispo se rindió y cambió de actitud hacia un Instituto que desde el mes de septiembre de 1877 ya estaba canónicamente establecido en Madrid.

Desde ese momento, el obispo de Córdoba se volvió un protector y amigo fiel de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús. Como parte de la fundación, las hermanas estaban apremiadas a redactar los estatutos de la comunidad¹⁸. Cuando los hubieron terminado, se los presentaron al cardenal Moreno, quien meses después los aprobó de forma experimental, por dos años, porque eso se estilaba.

Luego se daría la aprobación pontificia definitiva, tanto de las Constituciones, como del Instituto mismo. Las hermanas recibieron el *Decretum laudis* el 24 de enero de 1886, y el decreto de aprobación final al año siguiente. Fue en ese momento cuando el Instituto cambió el nombre de “Reparadoras del Sagrado Corazón de Jesús” por el de “Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús”, nombre que le fue otorgado por el papa León XIII.

3. Las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús hoy

Las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús forman parte de una Congregación Religiosa Apostólica de la Iglesia Católica. La Congregación fue fundada en 1877 por Santa Rafaela María del Sagrado Corazón y su hermana la Madre Pilar Porras y Ayllón.

Santa Rafaela deseó que el Instituto de Esclavas fuera tan *universal como la Iglesia*. Por eso se empeñó en que las hermanas desarrollaran un trabajo silencioso y sencillo, a lo largo de toda la vida. Las Esclavas actualmente están presentes en 24 países, gracias al deseo de que todos y todas conozcan y amen a Jesús, tal como lo transmitió Santa Rafaela María.

¹⁸ Los estatutos es el proyecto de su vida religiosa por parte de la Iglesia.

Al momento, el Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús se encuentran presentes en los siguientes países:

- Europa: *España, Irlanda, Portugal, Inglaterra, Francia e Italia.*
- Asia: *Japón, Filipinas, India, Vietnam y Timor.*
- África: *Camerún y El Congo.*
- América: *Estados Unidos, Cuba, Panamá, Colombia, Ecuador, Perú, Bolivia, Brasil, Chile, Argentina y Uruguay.*

El Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús tiene diversas obras apostólicas a su cuidado, entre las que destacan: colegios y escuelas, casas de ejercicios espirituales, residencias, misiones, asociaciones, apostolados en parroquias y obras apostólica de todo tipo, sobre todo allí dónde la Iglesia requiera, por ejemplo, actualmente hay una hermana haciendo una experiencia de misión inter-congregacional en Haití.

3.1 Las obras de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús en el Ecuador

En Ecuador las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús se encuentran laborando en 5 casas ubicadas en Quito, Guayaquil y Cuenca. En cada una de estas casas hay hermanas que desde el sentir congregacional buscan responder a la invitación de trabajar con Cristo por el Reino, teniendo como medios de Reparación la Adoración y la Educación Evangelizadora.

Las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús desde el seguimiento más radical a Jesús pobre y humilde, nos sentimos llamadas, conscientes de nuestra pequeñez y fragilidad, a trabajar juntas y junto con los laicos en la construcción del Reino en la realidad ecuatoriana¹⁹.

¹⁹ Tomado de la planificación de la Provincia de Ecuador. 2005.

a. La Unidad Educativa Experimental “La Dolorosa” (Quito): En la ciudad de Quito, al norte, las hermanas trabajan en la Unidad Educativa Experimental “La Dolorosa”, donde acompañan en la educación no sólo intelectual de los niños y niñas, sino que también los acompañan en su crecimiento integral, y no sólo a los educandos, sino también a los docentes, dentro de un proceso de formación destinado a toda la familia. Este proceso es conocido como ACI (Ancilla Cordis Iesu), que significa Sagrado Corazón de Jesús, y está destinado a los laicos y laicas que quieren conocer y adentrarse en nuestro Carisma congregacional, para vivir al estilo de Santa Rafaela María.

También se hace un acompañamiento a la infancia misionera y a un grupo juvenil formado por estudiantes del colegio. Esto se complementa, con el seguimiento al grupo de ex-alumnas y otras jóvenes que están en búsqueda a una opción de vida diferente.

b. La casa de formación (Quito): Al sur de Quito, esta la casa de las junioras, jóvenes que están viviendo sus primeros votos de consagración religiosa y que se encuentran cursando sus estudios superiores. Aquí se trabaja, sobre todo, en la defensa y promoción de la vida, especialmente de la población infantil. Por ello allí se tiene un centro Infantil que incluye dos guarderías, un comedor y el apoyo escolar.

También se hace un acompañamiento en la formación humana y espiritual de los y las jóvenes del barrio y de sus familias, a partir del Carisma congregacional y usando como medio didáctico la catequesis sacramental.

c. Sector del Guasmo (Guayaquil): La comunidad del Guasmo se asienta en una zona periférica de la ciudad de Guayaquil, en las riveras del estero Salado. Este es un barrio formado por habitantes de casi toda la geografía ecuatoriana, fruto de la migración del campo a la ciudad.

Entre sus tareas fundamentales destacan la pastoral parroquial (en los barrios Las Lajas y San Martín), la catequesis sacramental, atención a las Comunidades Eclesiales de Base,

la Pastoral de la salud, acompañamiento a la Familia ACI, atención en una guardería, formación de la familia y de los educadores y apoyo escolar a población afroecuatoriana.

d. Colegio Fe y Alegría (Guayaquil): En el suburbio de Guayaquil se atiende uno de los colegios de “Fe y Alegría”, donde se pretende dar una formación Integral a los y las estudiantes y maestros y maestras de la institución. Además se acompaña a un grupo juvenil, a la familia ACI y a las familias del barrio.

e. Casa de Espiritualidad (Cuenca): En Cuenca está la casa de Espiritualidad “Santa Rafaela María”, donde se pretende crear un espacio para que las personas que llegan allí vivan un encuentro con el Señor. A más de esta tarea se acompaña a la familia ACI y se dan talleres de formación y acompañamiento a las personas que así lo requieran.

4. Visión, Misión y Espiritualidad del Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús.

4.1 Visión.- “Desde la experiencia profunda del amor de Cristo, en comunión con El y centradas en la Eucaristía, nos sentimos llamadas a reparar un Ecuador roto por el pecado, participando en la construcción de una nueva sociedad justa, equitativa, solidaria, fraterna y una Iglesia viva”²⁰.

4.2 Misión.- Nuestra misión es la Reparación al Corazón de Jesús. En Él contemplamos la manifestación de la misericordia de Dios y unidas a Cristo, queremos llevar a todos los hombres y mujeres al Padre. La Eucaristía es la fuente donde nosotras, cada día, recibimos el ánimo y el aliento para vivir nuestra misión. Desde la espiritualidad Ignaciana, seguimos a Cristo humilde y pobre, centro de nuestra vida, en cualquier parte del mundo donde seamos enviadas. Esta misión se concreta en la adoración y en la educación evangelizadora.

²⁰ Tomado de la planificación de la provincia de Ecuador. 2005.

Prolongamos la celebración eucarística en la oración de adoración, y mantenemos nuestras iglesias abiertas mientras está el Señor expuesto sobre el altar, para que puedan acercarse a Él todos los que lo deseen.

Buscando siempre la voluntad de Dios, procurando ser creadoras de vida, constructoras de comunión, forjadoras de paz y reconciliación; entregadas con audacia creciente al servicio de los pobres, desde una educación evangelizadora, que promueva que las personas vivan en condiciones de vida más digna y humana.

4.3 La Espiritualidad de la Reparación como eje de evangelización.- El Carisma de la comunidad de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, es la Reparación (reconciliación), lo que significa responder con amor al Amor que Dios nos tiene, manifestado en la Eucaristía y tratamos de hacerlo realidad a través de la educación evangelizadora en colegios, casas de ejercicios espirituales, obras parroquiales, misiones y escuelas. La Comunidad se inspira en las siguientes fuentes:

- El Evangelio de Jesús que mira el momento actual de la historia.
- La Eucaristía que educa y capacita en el amor, para ser personas consistentes, ancladas en Dios; libres y reconciliadas; constructoras de paz; con un corazón transformado y transformador del mundo, que viven la entrega y el servicio; solidarias y misioneras. Personas de comunión.
- Santa Rafaela María nuestra fundadora, quien valoró la educación como forma de llevar a todos a sentirse personalmente amados y salvados por Dios, para llegar a responder libre y comprometidamente a ese amor, desde los propios dones y desde la propia vocación.
- La educación brindada, la misma que está centrada en la persona para acompañarla en su proceso de formación integral, apoyadas en el Carisma Reparador y la pedagogía del Corazón.

5. Conclusiones preliminares:

Al concluir este primer capítulo me permito dejar en constancia algunos elementos:

- La Congregación nace en un contexto donde la educación religiosa no era una opción real, debido a la convulsión política que se vivía.
- Las fundadoras, desde la experiencia de familia, viven la solidaridad con los pobres, lo que les permite ir más allá de la ayuda material, y entregarse totalmente al servicio de Dios en los pobres en la educación.
- Las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, desde el carisma reparador buscamos responder a los nuevos desafíos del mundo. Contemplamos el Corazón abierto de Jesús en la Cruz, en el corazón destrozado de la persona herida, en la Eucaristía (adoración al Santísimo) y en sus diferentes obras apostólicas.

CAPÍTULO II

LA VOCACIÓN, UNA LLAMADA DESDE LA VIDA

En el primer capítulo hemos recogido datos importantes acerca del contexto histórico en el que nació el Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús. Todo lo que aconteció en esa época en los ámbitos político, social y religioso, nos ayuda a conocer los antecedentes, unas veces favorables y otras no muy favorables, donde nació el Instituto.

También dimos a conocer quiénes fueron las fundadoras, el medio social y económico que las rodeaba y la opción que fueron tomando en sus vidas. De la misma manera dimos a conocer lo que ellas buscaban en su afán por iluminar el camino que debían seguir y, de esa manera, dar una respuesta a lo que Dios iba poniendo en sus corazones.

En el primer capítulo aparecieron personas que creían en un proyecto de educación religiosa que ofrecieron a las hermanas; de la misma manera, apareció una Congregación religiosa que dio los elementos necesarios para una posible entrega al servicio del Señor.

De esta manera, nos quedó claro que las fundadoras del Instituto no caminaron a ciegas, sino que tuvieron asistencia para dar identidad a su deseo de consagración religiosa. Tanto ellas, como las primeras Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, fueron teniendo no sólo la ayuda de varias personas, sino que también fueron iluminadas por Dios mismo que les va revelando lo que desea de ellas y del Instituto.

Y es por esa vertiente, donde queremos apuntar con este manual que estamos trabajando, para que sirva de verdadera ayuda a las jóvenes que andan inquietas o en búsqueda de lo que Dios quiere de ellas, y lo que cada una de las jóvenes pretenden al terminar este

proceso. Es decir, que concluyan con un proyecto para sus vidas, donde el Instituto puede ser una buena alternativa para su futuro.

Para ello es importante tener presente el Carisma, Espiritualidad y obras que tiene el Instituto, sobre lo cual ya hemos dicho alguna palabra en el capítulo I; así como también hemos explicado la misión y visión del Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús.

En este segundo capítulo nos enfocaremos en el acompañamiento de las jóvenes. Para ello debemos ahondar un poco más en la Espiritualidad Ignaciana, que está a la raíz del Carisma del Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús en Ecuador. Será desde esta espiritualidad de donde la joven tomará los elementos que le ayuden a realizar un buen discernimiento para hacer una opción de vida madura.

Al hablar del acompañamiento espiritual, destacaremos, sobre todo, aspectos como el acompañamiento que hace Dios a su pueblo, desde la creación del mundo hasta nuestros tiempos, cuando sigue acompañándonos por medio de acontecimientos históricos que marcan nuestras vidas y la vida de personas que sirven de instrumento para revelar el plan salvífico que Él tiene para cada uno de nosotros.

Para entrar en este proceso, es necesario que la persona que acompaña no sea sólo una voluntaria que se aventura a acompañar un proceso personal, sino que debe ser una persona “espiritual”, es decir con un personal “*encuentro con el Espíritu de Dios*”²¹, que se siente acompañada del Señor, con suficiente conocimiento de la espiritualidad cristiana y, sobre todo, que vive y conoce la espiritualidad Ignaciana. Así podrá ayudar a la joven a discernir bien su vida, en vista de una buena opción personal.

²¹ Cf. LOYOLA Ignacio, Ejercicios Espirituales, número 316, editorial Ideaz, 2011, Quito.

2.1 Espiritualidad Ignaciana como fundamento en el trabajo evangelizador

2.1.1 La espiritualidad cristiana.- La espiritualidad cristiana consiste en acoger la presencia del Espíritu Santo en la existencia cotidiana de las personas y en vivir en coherencia con las inspiraciones espirituales. Para quienes hemos tomado la espiritualidad cristiana como eje de nuestra vida, Jesús es un modelo de vida a seguir.²²

Al hablar que la espiritualidad es presencia de Dios por medio del Espíritu Santo, vemos que el apóstol Pablo dice que los creyentes deben ser “llenos” del Espíritu Santo (Efesios 5,18). El ser llenos del Espíritu, es simplemente permitir que nos dejemos invadir por el Espíritu Santo y nos controle, nos guíe, en vez de entregarnos a los deseos de nuestra propia naturaleza carnal. Tal es el caso que cuando un creyente permite entrar a Dios en su vida se dice que es nacido de nuevo, es decir habitado por el Espíritu Santo, el Espíritu de Dios, y este espíritu tiene unas características que son reveladas en Gálatas (5,22-23), donde se les llama “el fruto del Espíritu”. Este es el carácter cristiano, producido por el trabajo del Espíritu en y a través del creyente. Este carácter no es producido por esfuerzo propio. Un creyente que es habitado por el Espíritu Santo, manifestará un hablar sensato, un caminar espiritual consistente, y la toma de decisiones basadas en la Palabra de Dios.

Jesús prometió al Espíritu Santo quién será el que guíe “a toda la verdad” (Jn 16,13). Parte de la verdad a la que el Espíritu guía, es a tomar las cosas de Dios y aplicarlas en la propia vida. Cuando se hace esta aplicación, el creyente entonces toma la decisión de permitir que el Espíritu Santo lo controle. La espiritualidad cristiana se basa en la medida en que el creyente, permita al Espíritu Santo dirigir y controlar su vida. Desde esta consciencia de dejarse guiar, la fuente de la espiritualidad es la experiencia de la fe, es decir esta fe en Cristo y su Evangelio hecho experiencia. Esta experiencia de la fe, es la experiencia de Dios y su Palabra que empapa la vida de cada ser humano y de esa

²² Cf. ARIAS Luna Juan, Curso de Espiritualidad Cristiana, Colección Academia 2, ed. Verbo Divino, Quito.2002. p.23.

experiencia brota diversas formas de entrega a un amor mayor y gratuito a Dios y a los demás seres humanos. Por ella esta experiencia cristiana será la motivación y la mística que empapa e inspira el compromiso²³.

Para los años 70 la teología de la liberación marca una nueva visión en la acción pastoral, la espiritualidad (seguimiento de Jesucristo) se enriqueció con una profunda preocupación por la acción por los pobres. Este tipo de reflexión se hallaba, y se halla, precedido por la vivencia espiritual de los cristianos comprometidos en el proceso de liberación y opción por los pobres. El trabajo iniciado con los grupos más vulnerables de América Latina pretende la afirmación de la dignidad humana y de la condición de hijas e hijos de Dios en igualdad de condiciones. En esa textura social y experiencia de vida se da, en efecto el lugar y el tiempo de un encuentro con el Señor. A partir de las necesidades y de la realidad se inicia el caminar de un pueblo en el seguimiento de Jesucristo²⁴.

Este estilo de vida cristiana que abarca múltiples variables desde lo personal y espiritual, hasta lo social, para entenderlo mejor es importante señalar que se trata de una entrega a una vida en Cristo, que se ve reflejada en el aceptar consciente y decidido de la pertenencia a un Dios Padre, y acoger lo que él va poniendo en el camino de cada ser humano.

Todo ser humano va creciendo en su vida cristiana a través del tiempo y del espacio. Desde este encuentro profundo con el Señor tratan de seguir a Jesús y de responder a las interpelaciones que el Espíritu va haciendo en las condiciones concretas que van desarrollándose en su vida a lo largo de su existencia. La Iglesia, Pueblo de Dios “va peregrinando entre las persecuciones del mundo y los consuelos de Dios, anunciando la cruz y la muerte del Señor hasta que Él venga. Se vigoriza con la fuerza del Señor resucitado, para vencer con paciencia y con caridad sus propios sufrimientos y dificultades internas y externas, y descubre fielmente en el mundo el misterio de Cristo,

²³ Cf. GALILEA Segundo, El camino de la Espiritualidad, Paulinas, Bogotá 1982, pp.19-22.

²⁴ Cf. GUTIÉRREZ, Gustavo, Teología de la liberación, 2da edición, Brescia, 1973, p. 9.

aunque entre penumbras, hasta que al Fin de los tiempos se descubra con todo esplendor” (LG, 8).

Por lo tanto, la espiritualidad cristiana es una elección que la persona hace de “conocer y crecer” en una relación con el Señor, dejando que sea su espíritu habite y guíe la vida del ser humano, por ello es necesario que la persona creyente mantenga una relación de comunicación con Dios, entrando en la profundidad de sí mismo, porque allí es donde Dios se va a manifestar, se va a revelar. La espiritualidad cristiana es una consciencia de la comunión con el Espíritu de Cristo. Por lo tanto, un cristiano espiritual es un creyente nacido de nuevo, quien hace una consistente y sigue fomentando su comunión con el Señor.

Vivir en el Espíritu, es acoger la fe, vivir en el amor y en la esperanza, pilares esenciales cuando se vive sobre esto dentro de una comunidad eclesial. Para acoger esta vida en Cristo es necesario tres actitudes esenciales que son: Fe, Esperanza y Caridad²⁵.

Nada puede importar más que encontrar a Dios. Es decir, enamorarse de Él de una manera definitiva y absoluta. Aquello de lo que te enamoras atrapa tu imaginación, y acaba por ir dejando su huella en todo. Será lo que decida qué es lo que te saca de la cama cada mañana, qué haces con tus atardeceres, en qué empleas tus fines de semana, lo que lees, lo que conoces, lo que rompe tu corazón, y lo que te sobrecoge de alegría y gratitud. ¡Enamórate! ¡Permanece en el amor! Todo será de otra manera (Pedro Arrupe, S.J.).

El conocimiento de Dios es vital para la persona creyente, allí radica la espiritualidad, desde una relación con la trascendencia que, mucho más allá de lo intelectual, permite dirigirse y ponerse en contacto con Dios que está presente, que escucha y es capaz de entender, de alguna manera, la vida se ilumina desde ese encuentro cercano con Dios. Ello incluye oración, intuición, reflexión, meditación, conocimiento de Dios que se

²⁵ Cf. ARIAS Luna Juan, Curso de Espiritualidad Cristiana, Colección Academia 2, ed. Verbo Divino, Quito.2002. p.23.

manifiesta en Jesús. Esta capacidad de encuentro y de vida en el Espíritu de Dios hace que el ser humano encuentre el sentido a partir de la manera de relacionarse, actuar y entender el mundo que rodea. En el texto citado por Arrupe, destaca la necesidad que tiene el ser humano de relacionarse con Dios, porque a partir de ese encuentro, la persona encontrará una razón para moverse en la vida, encontrará que su vida tiene un centro y éste es Dios.

Parte de la teología que estudia el dinamismo que produce el Espíritu en la vida del alma: cómo nace, crece, se desarrolla, hasta alcanzar la santidad a la que Dios nos llama desde toda la eternidad, y transmitirla a los demás con la palabra, el testimonio de vida y con el apostolado eficaz.

Por tanto, se busca doctrina teológica y vivencia cristiana. Si sólo optara por la doctrina teológica quitando la vivencia, tendríamos una espiritualidad desde la razón, intelectualista y sin repercusión en la propia vida. Y si sólo optara por la vivencia cristiana, sin dar la doctrina teológica, la espiritualidad quedaría reducida a un subjetivismo arbitrario, sujeta a las modas cambiantes y expuesta al error. Así pues, la verdadera espiritualidad cristiana debe integrar doctrina y vida, principios y experiencia.

Para quienes formamos la familia de las Esclavas del Sagrado Corazón vivimos la Espiritualidad Ignaciana como el eje articulador de toda nuestra vida religiosa.

2.1.2 San Ignacio de Loyola.- Para dar a conocer la Espiritualidad Ignaciana es necesario conocer dónde y cómo nace dicha espiritualidad. Aquí cabe mencionar a San Ignacio de Loyola, cuyo nombre de pila era Íñigo López de Recalde. Él fue el fundador de la Compañía de Jesús (Loyola, Guipúzcoa, 1491). Su primer oficio fueron las armas, siguiendo la tradición familiar. Luego de un enfrentamiento con los franceses (1521) en defensa de Pamplona, resultó gravemente herido en una de sus piernas; dicha recuperación le llevó largo tiempo, durante su recuperación pasó en cama, esta recuperación fue lo que le dio un cambio completo de orientación en su vida; pues, durante esta recuperación pidió leer libros que alimentaran su ser de caballero

combatiente, pero al no contar con dichos libros, la familia le ofreció libros piadosos que le ayuden a un encuentro profundo con Dios, que durante su convalecencia le ayudaron a profundizar en su propia vida y en lo que había hecho, luego decidió consagrarse al Señor.

Luego de su recuperación se fue a Montserrat y Manresa a hacer penitencia y oración, y a partir de esa experiencia fue captando la llamada de Dios, fue discerniendo su propuesta y es esto lo que le lleva a elaborar el método ascético de los Ejercicios espirituales (Cf. EE, 1522).

San Ignacio de Loyola fue conocido como el peregrino, ya peregrinó a los Santos Lugares de Palestina. En ese peregrinar fue difundiendo el método de los ejercicios espirituales. Método que Él mismo fue viviendo durante varios años, y la escribió en un libro que se llama “Ejercicios Espirituales” que, según su mismo autor, es “todo lo mejor que en esta vida puedo pensar, sentir y entender, así para el hombre poderse aprovechar a sí mismo, como para poder fructificar, ayudar y aprovechar a otros muchos”.

2.1.3.- Espiritualidad Ignaciana.- Como se menciona arriba es a partir de la experiencia que tuvo Ignacio, en un momento crucial de su vida y lo deja escrito en el libro de “Ejercicios Espirituales”, este método le ayuda a descubrir y a optar a aquello que Dios le llama en su vida.

Vivir la espiritualidad del camino ignaciano es, desde lo más profundo de la experiencia de los Ejercicios Espirituales, alcanzar la experiencia interior que transforma la existencia y compromete con el mundo que hoy la ciencia, la sabiduría de las grandes tradiciones religiosas de la humanidad, y el mensaje abierto y vivo del Evangelio nos comunican.

San Ignacio señala que la vocación surge del encuentro del espíritu humano con el Espíritu de Dios, quien hace su propuesta y la persona humana responde al proyecto de

Dios. El discernimiento, permite hacer una elección de vida, la misma que se evidencia de forma gradual y progresiva, hasta lograr un total acercamiento con Dios.

El apostolado inspirado en la espiritualidad Ignaciana está orientado hacia la evangelización, como una invitación de Cristo a colaborar con Él en la construcción del Reino de Dios, es el deseo enorme de poner el servicio personal en función de la evangelización. El proyecto que Dios requiere poner todas las cosas y los medios para lograr el fin.

Para quienes toman esta opción de vida espiritual deben alimentarse de tres vertientes: Oración, Formación y Acción. La oración y la acción generalmente se fusionan, la persona que ora habitualmente aplica las enseñanzas en acciones de ayuda comunitaria y trabajo social. En cambio la formación es gradual, permanente e intensa, generalmente orientada hacia la perfección espiritual y a la formación integral de la persona.

Cuando se practica este proceso de formación cristiana, la persona va conquistando la libertad interior, que le va permitir vivir a plenitud el planteamiento evangélico: *Busquen, ante todo, el Reino y la justicia de Dios, y todo lo demás se les dará por añadidura* (Mt 6,33).

El contacto del ser humano con la espiritualidad cristiana, generalmente se evidencia en:

- Deseos de un encuentro profundo y constante con el Señor.
- Búsqueda de la voluntad de Dios.
- Capacidad de intuir por donde lo lleva Dios, por lo tanto adquiere la capacidad del discernimiento.
- Libertad interior y disponibilidad al servicio del Reino.
- Conocimiento interno de Jesucristo, por lo tanto busca identificación con Él.
- Integración entre contemplación y acción.
- Armonización entre el servicio a la fe y la promoción de la justicia.

- Capacidad de encuentro con el Señor por lo tanto de sí mismo.
- Desarrolla capacidades de valoración a sí mismo como a los que le rodean.

Estos son algunos de los sentimientos y rasgos que el ser humano siente y experimenta cuando se vive la vocación y la llamada.

2.1.4 Espiritualidad Ignaciana para las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús.

Como se mencionaba en el contexto histórico del primer capítulo el surgimiento del Instituto de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, se da en 1875, cuando Rafaela María y Dolores inician la vida religiosa en un Instituto nuevo, el de María Reparadora, que llegó a Córdoba para dedicarse a la formación cristiana a través de la enseñanza y la catequesis. Este proyecto trataba de responder a una verdadera necesidad de la sociedad cordobesa. Su permanencia como novicias en este Instituto supuso para ellas un gran enriquecimiento, en él encontraron dos elementos que perdurarán a lo largo de su vida: la devoción a la Eucaristía y la espiritualidad Ignaciana, ya que ellas conocían las reglas de San Ignacio. Así las dos hermanas amaron el espíritu de la Compañía de Jesús. Luego que el Instituto de María Reparadora se fueran de Córdoba, las dos hermanas se quedan en el lugar junto a otras novicias y dan inicio a un nuevo Instituto, el de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, a lo largo de su formación se encontrarán después con un director espiritual, el Padre Cotanilla SJ, quien irá transmitiéndoles también el modo de vivir dentro de la espiritualidad, esta espiritualidad queda en la vida del Instituto como fundamento propio.

Tal es el caso que en las Constituciones²⁶ de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús consta la siguiente afirmación: *“La espiritualidad Ignaciana está en la base de nuestro Instituto y ha dado a éste un modo de ser propio en la realización de su carisma. Sus líneas fundamentales marcan nuestro ser y nuestro obrar, orientándonos a buscar a*

²⁶ El documento que incorpora el carisma y la teología de una comunidad religiosa y establece las normas que gobiernan su vida y sus actividades.

Dios en todas las cosas, y a ser, en sus manos, instrumentos dóciles al servicio del Reino”²⁷ buscando de esta manera ser contemplativas en la acción y siempre buscando dar un paso más en el servicio y en el amor.

Desde la **Espiritualidad Ignaciana**, seguimos a Cristo humilde y pobre, centro de nuestra vida, en cualquier parte del mundo donde seamos enviadas. Esta misión se concreta en: la ADORACIÓN y en la EDUCACIÓN EVANGELIZADORA²⁸.

2.2 Dimensión Teológica del Acompañamiento Espiritual

En Ex 3,6-12 encontramos que desde la creación del universo, aparece Dios cercano con su creación, cercano al ser humano. Y enseguida hace su promesa de salvación, también lo encontramos cercano al pueblo. Dios es quien toma la iniciativa de acompañar al ser humano, es él quien sale a su encuentro, es él quien se comunica, se revela al ser humano haciéndolo crecer en confianza, y esperanza. Esta manera de revelarse de Dios a cada persona, da sentido a la existencia humana, desde el punto de vista espiritual.

En la edad antigua y en el imperio romano, encontramos la figura de Jesús el mismo que viene a testimoniar con su vida la existencia de un Dios padre, acogedor, liberador y reconstructor de la vida del ser humano, esto lo testifican los cuatro evangelistas: Juan, Lucas, Mateo y Marcos.

Es Dios hecho hombre que camina a lado del pobre, del excluido, del enfermo, de las mujeres y sobre todo junto a sus discípulos. Elige de todos a doce, los acompaña, los forma y los prepara para crear una comunidad de fraternidad, donde el eje articulador es el Espíritu de Jesús.

En Mc 3, 13-14, encontramos que Jesús acompaña a los apóstoles y los reúne, para que sean sus amigos, cercanos y queridos. Poco a poco los va formando, les habla del Reino

²⁷ Constituciones Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, Roma, 1983, N° 14.

²⁸ Véase en: <http://www.esclavassagrado.corazon.es/marcos.htm>. Abril 24/2012

y suscita la confianza en el Padre. A través de sus hechos, visualizamos la presencia de Dios, y la manera infinita e incommensurable del amor al ser humano.

En este tiempo Jesús encarga a sus discípulos la misión de formar el Reino de Dios en la tierra: *“Los que estaban reunidos con Jesús, le preguntaron: Señor ¿Vas a establecer en este momento el reino de Israel?”*

No les toca a ustedes saber en qué día o en qué ocasión hará el Padre las cosas que solamente él tiene autoridad para hacer, pero cuando el Espíritu Santo venga sobre ustedes, recibirán poder y saldrán a dar testimonio de mí en Jerusalén, en toda la región de Judea y de Samaria, y hasta en las partes más lejanas de la tierra (Hch 1,6-8)

Es así como la Iglesia continúa con la misión encargada a los apóstoles, son los responsables de la pastoral debidamente formados y desde su experiencia personal quienes darán testimonio de la acción de Dios, en el acompañamiento a nuevos pasantes: *Porque he descendido del cielo, no para hacer mi voluntad, sino la voluntad del que me envió (Jn 6,38).*

El acompañamiento a las personas que quieren optar por una vida religiosa, sigue siendo necesario en nuestros días, y lo ha sido siempre. Este seguimiento cercano y personalizado les permite crecer en espiritualidad y ser coherentes con la vocación y el llamado recibido desde Dios.

Es necesario tener en cuenta, que las protagonistas son las jóvenes aspirantes bajo la iluminación espiritual de Dios, en el Evangelio de Juan encontramos lo siguiente: *El que cree en mí, ve también al que me ha enviado. Yo soy la luz, he venido al mundo para que los que creen en mí no se queden en la oscuridad (Jn. 12, 44-47).*

Consecuentemente, el objetivo del acompañamiento es guiar a las personas para que respondan personalmente a su vocación espiritual.

2.3 El discernimiento como camino para optar por un estilo de vida

Una de las cartas católicas, exhorta poner a prueba a los espíritus para comprobar si son o no de Dios (1Jn 4, 1-3) Lo mismo San Pablo aconsejaba a los tesalonicenses: “Antes bien, examínadlo todo cuidadosamente, retened lo bueno” (1Tes 5,21). A medida que Dios manifiesta su poder, el espíritu malo hará todo lo posible para destruir la obra de Dios, de modo que se hace imprescindible el discernimiento, unido a la enseñanza de las Sagradas Escrituras. El apóstol Pablo en 1Cor 12,10 pone de manifiesto que el discernimiento de espíritus es un Don (una cualidad personal que no tiene otra persona) Sin embargo es necesario juzgar tanto la doctrina como el fruto en la vida que se esconde tras una declaración o milagro. Ahora bien, hay que estar muy atentos al espíritu que mueve a realizar alguna acción o tomar alguna determinación ya que el mal espíritu engañara aun a los escogidos (Mc 13,22). El espíritu humano es frágil y puede caer en confusión en cuanto a lo que el Espíritu del Señor va poniendo en movimiento en la persona y puede provocar falsas profecías.

En el nuevo Testamento se establece una clara distinción entre el espíritu del hombre y el Espíritu de Dios, ya que es el Espíritu Santo quien se vale del espíritu humano como instrumento para realizar la voluntad de Dios. Pero, ¿Cómo discernir los Espíritus? En la primera epístola de Juan hay más instrucciones respecto a los espíritus malignos y a la forma en que pueden ser identificados (1Jn 4,1-4.) Declara que todo espíritu que confiesa que Jesucristo ha venido en carne es de Dios. En cuanto al proceso mismo del discernimiento existe un peligro, y esto es en asumir aquello que no necesariamente lo es como voluntad de Dios. Es importante saber que aquello que no da buenos frutos no se puede aceptar como algo venido de Dios (Cf. Mc 11,14; Mt 3,10; 21,43; Lc 13,6-9 y Jn 15,6).

En las relaciones, proyectos y compromisos en que aparecen estos frutos es fácil encontrar la voluntad de Dios; donde predominan las rupturas, intereses, partidismos e injusticias, no se puede discernir la voluntad de Dios (Cf. 1Cor 13,3).

Por todo esto es necesario que toda persona debe buscar en cada momento y situación lo que agrada a Dios (Cf. Rom 12,2; 2Cor 5,9; Ef 5,10; Flp 4,18; Col 3,20; Tit 2,9). Y para conseguir esto el ser humano debe poner todos los medios para descubrir lo que es voluntad de Dios y así poder hacer una opción de vida sin temor a equivocarse (buen discernimiento)

Esta condición es todavía más importante para el discernimiento vocacional, pues la vocación cristiana supone un estilo de vida evangélico, estructurado desde la conversión del corazón, la referencia eclesial y el trabajo por el Reino. En la medida que el creyente va entrando en comunión de vida con la persona de Jesucristo y va teniendo sus mismos sentimientos, va creciendo en el amor a Dios y al prójimo. Cada persona discierne desde los valores que vive cotidianamente; por lo mismo, sólo quien vive la experiencia del amor evangélico puede discernir adecuadamente lo que agrada a Dios (Cf. Ef 5,10), lo mejor (Cf. Flp 1,9-10; 1Tes 5,21-22; Heb 5,14) y lo que es voluntad de Dios (Cf. Rom 12,2).

Por todo esto el discernimiento, comprende la acción humana como una respuesta a la invitación divina, resultado de una búsqueda de la voluntad de Dios desde la libertad.

2.4 Procesos de introyección para el encuentro con uno mismo.

En los evangelios aparece el Espíritu de Dios que actúa desde el principio en la persona y en la historia de Jesús de Nazaret; y es así que, durante la pascua de Cristo, el Espíritu ha sido derramado en la Iglesia para que siga haciendo presente la salvación de Dios en cada comunidad y en cada contexto histórico. La espiritualidad cristiana conlleva intrínsecamente la justicia, la solidaridad, la paz y el amor de Dios en los corazones humanos y en las relaciones sociales

Dios da su Espíritu Santo (1Tes 4,8b)... Y cuando os lleven y os entreguen, no os preocupéis de antemano por lo que vais a decir, sino que lo que os sea dado en aquella

hora, eso hablad; porque no sois vosotros los que habláis, sino el Espíritu Santo (Mc 13,11).

Este crecer en la espiritualidad cristiana se debe practicar, trabajar en introspección, silencio y reflexión, con la finalidad de avanzar en la sintonía de nuestro espíritu, con las armonías que Dios tiene para los seres que quieren encontrarlo. Para este proceso de introyección es necesario entrar en ella con la certeza y confianza de que, no estamos en soledad sino en plena compañía del Señor.

2.5 La Variable Psicológica en el Acompañamiento Espiritual

Cada persona, es única y diferente; poseedora de identidad y dueña de una biografía única e irrepetible, dos elementos fruto de la interacción con su familia, en un contexto socio-cultural concreto, y su situación económica laboral, entre otros aspectos que conforman su personalidad. Por esta situación en el proceso de acompañamiento, el apoyo psicológico es importante, ya que facilitará el autoconocimiento y la confianza necesaria para asumir una nueva vida y nuevos compromisos para su vida futura.

Para que el acompañamiento sea eficaz y eficiente, la persona encargada desde su experiencia de sentirse acompañada debe saber observar, escuchar no sólo las palabras, también lo que se dice con el silencio y con el cuerpo, para desde allí ayudar a la joven a confrontar su vida y sus reacciones emocionales con el objetivo de que, el proceso de crecimiento personal se lleve a cabo de forma constructiva.

Muchas veces la joven que se acerca al acompañamiento, se presenta con una base humana con heridas la cual manifiesta un deterioro significativo de la autoestima, y autonomía en su personalidad, la cual se ve reflejada en sus relaciones con las demás personas, por esta razón es importante un acompañamiento cercano y la ayuda psicológica que le permita una verdadera autoevaluación.

El manejo correcto de la variable psicológica, posibilitará que se movilicen emociones, facilitando el proceso de conocimiento que la joven realiza. La cercanía de la acompañante, los ejercicios de introspección a más de la oración y la meditación son fundamentales para que la aspirante recupere la seguridad personal y la confianza necesaria para continuar con el camino al que ha sido invitada.

El acompañamiento concierne a la persona "toda entera". Se trata como dice Carlos Cabarrús, de "Levantar a la persona para que se disponga a acoger a Dios, lo sepa discernir y se comprometa con el trabajo de la justicia que brota de la fe".

Es por eso que dentro del acompañamiento debe existir en la persona una buena base psicológica. Pero la psicología no lo es todo dentro de este proceso de acompañamiento espiritual. Ahora bien la psicología en sus diversas escuelas y aportes que ayudan al conocimiento de la persona, lo mismo que en sus deseos y esto hace que el ser humano vaya potenciando aquello que tiene dentro, para su crecimiento personal. Este proceso es progresivo en el desarrollo de la persona, y sobre todo, el papel del ejercicio de su libertad en la toma de decisiones. No hay que descartar que el ser humano sea todo un misterio, por ello la psicología enriquece al acompañamiento cuando toma en cuenta "el cuerpo, el género, la ecología, el inconsciente, la cognición, la voluntad, las relaciones, los sentimientos y, sobre todo, los aspectos positivos y sanos de la persona". Ya que el acompañamiento espiritual está en la búsqueda del sentido de la vida.

Así mismo aparece la psicología pastoral como una disciplina que va consolidando una conciencia eclesial y una pastoral que lo que busca es sanar a la persona, ya que es la fe la que ilumina el proceso humano desde la fuerza de la resurrección de Cristo.

Claro está que al referirse sobre el acompañamiento en la vida cristiana hace mención al acompañamiento espiritual como expresión primordial en el crecimiento de la fe en las personas. "En el acompañamiento espiritual lo fundamental es que la persona se disponga a que Dios acontezca en ella".

Por esta razón es importante que quien acompañe sea una persona que tenga la experiencia de sentirse acompañada y que viva en armonía con ella misma y con todo su entorno y sea una persona que dentro de sentirse acompañada haya visto y trabajado su parte vulnerada, porque esto le permitirá contar con herramientas sobre todo humana para acompañar. Así mismo la persona que es acompañada debe tener conciencia de que es alguien que está en proceso de crecimiento por lo tanto es necesario que se encamine en un proceso de conocimiento personal. Tomando en cuenta su propia historia, como dice Cabarrús:

“Cuando una persona es concebida, de ordinario nace bien porque viene equipada con lo que necesita -excepto aquellas personas que nacen “desahuciadas” por invalidez-, pero puede sucederle algo negativo durante el periodo de gestación, en el momento del nacimiento o en los primeros momentos de contacto con el mundo exterior, que la deje marcada para la vida. Allí puede gestarse la herida. Las heridas son la fuente primera de la parte vulnerada. Es decir, todas las personas, cuando menos, tienen el trauma del nacimiento...

Quando se nace y durante los primeros años de vida, se tiene una necesidad fundamental... La herida se produce por la falta de satisfacción de las necesidades psíquicas básicas y por la falta de amor incondicional, que se refleja en alguna(s) de estas situaciones”²⁹

Con esto la joven que aprende a expresarse, aprende también a conocerse. A lo largo del acompañamiento va creciendo la concientización de sí misma. Será necesario ayudar a la joven a aceptar la confrontación con su propia realidad, de todo lo vivido en el pasado, lo que vive en el presente y sobre todo que ponga mucha atención a lo que ocurre en su interior, debe estar atenta a sus sentimientos y verbalizarlos. Tomar conciencia de su propia realidad es un paso necesario para llegar a aceptarse tal como es y potencializar su personalidad, trabajar en esta base humana la hará libre como ser humano con un

²⁹ CABARRÚS, Carlos Rafael, Cuaderno de Bitácora para acompañar caminantes: Guía Psico-histórico-espiritual, 4ta. Edición, Editorial Desclée de Brouwer, 2000, pp.123-124

potencial que la llevará a hacer opciones en su propio bien y en bien de la sociedad y del mundo³⁰. San Ignacio dice que el ser humano es capaz de quitar con la gracia de Dios sus afecciones desordenadas y, que después de haberlas quitado es capaz de buscar y aún de hallar la voluntad de Dios sobre su vida³¹. Esto es lo que le va a permitir a la joven ir poniendo cimientos sólidos en su base humana ya que sobre ello es donde Dios actuará e irá sanando heridas o resentimientos e incluso tendrá la posibilidad de perdonar y perdonarse, si el caso lo amerita. Si una joven no llega a aceptar su realidad, no se liberará jamás de sus conflictos con los otros, y esto será un impedimento no sólo de crecer en libertad sino que además influye en sus relaciones con las demás personas y en su compromiso de vida.

En la persona que acompaña es muy necesario que tenga esta experiencia y cuente con una base psicológica para que pueda acompañar y “Escuchar la historia” de la joven esto es: “la tonalidad de sus sentimientos, no solo lo que dice sino cómo lo dice, con qué expresión corporal lo dice. Atender a las dificultades en el discurso, a las palabras que se expresan, a los silencios... Leer la historia en la postura corporal, la mirada, los gestos”³² ya que todo esto es acompañar a la joven en su proceso de autoconocimiento, de sus relaciones con su familia con sus amistades y hasta de su proceso de enamoramiento. Que ella vaya viendo con libertad lo que hay en lo más profundo suyo y aprenda a ser coherente con lo que siente, piensa y desea para su vida.

Cabarrús en su texto Bitácora para acompañar caminantes, menciona que este trabajo de crecimiento personal (momento psicológico) sea como la voz de la conciencia que brota del manantial e impulsa a ser cada vez mejor persona.

³⁰ Cf. Alemany Carlos, García-Monje José A, Psicología y Ejercicios Ignacianos, volumen I, Editorial Sal Terrae, Santander, 1991, p.394

³¹ Cf. San Ignacio de Loyola, Ejercicios Espirituales, números 21. 342, editorial Ideaz, 2011, Quito.

³² CABARRÚS, Carlos Rafael, Cuaderno de Bitácora para acompañar caminantes: Guía Psico-histórico-espiritual, 4ta. Edición, Editorial Desclee de Brouwer, 2000, p.116.

Por ello recomienda que deba conocerse algunas dificultades previas al acompañamiento meramente espiritual.

•**El sufrimiento.** Se trata, en términos bíblicos, del problema que subyace a la pregunta de Job: ¿por qué sufre el inocente, por qué los pobres siempre pierden? Esta problemática social tiene consecuencia personal muy honda en la persona que se acompaña, ya que en su historia personal ha tenido que sufrir sucesos personales y familiares que no comprende, ya que habrá sido golpeada interiormente de tal manera que no se comprende la bondad del Padre ni su cariño por los pobres y sufridos, que incluso se las ha escuchado repetir esta frase: ¿¡Cómo Dios pudo permitir que me pasara o les pasara tal cosa!?

•**Heridas.** Como mencionaba arriba los seres humanos al nacer tenemos traumas o heridas que en ocasiones son de violencia física, desconfianza, humillación, acoso sexual, etc. La criatura es como una esponja que va absorbiendo y guardando inconscientemente huellas dolorosas hasta hacerse matriz de su sicología, de tal manera que puede expresarse de impresiones negativas. Estas heridas se muestran, normalmente, por las reacciones desproporcionadas (C. Cabarrús) en la cotidianidad. Muchos comportamientos de la joven tienen que ver con esas matrices de negatividad que deben desmontarse previamente para no confundir sentimientos o discursos, con lo que luego será la influencia en sus movimientos espirituales.

•**Marginados y excluidos.** Con otra realidad con las que nos encontramos es con el mundo de la marginación. Surgen en él problemas de integración psicológico-espiritual donde se dan sentimientos de inferioridad, racismo, rechazo, etc. Esto tiene que ver con temas de discriminación, desigualdad social, injusticia institucionalizada, corrupción política, etc. Ayudar a integrar esto es algo difícil. Supone poder expresar el dolor de esa marginación, aprender a convivir con ello y luego poder acercarse a una lectura teológico-espiritual, que en este caso es sumamente valiosa: Dios ha escogido lo débil, lo que aparentemente no vale, para confundir a quienes sí se creen valiosos.

•**Identidad de género.** Muchas veces por la misma vivencia de la marginación puede darse una tendencia homosexual. Un primer paso es lograr que la joven pueda expresar sus vivencias en cuanto a este tema, teniendo en cuenta que este tipo de experiencia pueden ser dolorosas y con cargas morales y pseudo-religiosas tan pesadas que ahogan a la persona. Lo que se pretende es establecer con la acompañada por dónde se siente llamada a constituir su propia identidad. En caso de no esclarecer en cuanto a su identidad de género dará lugar a mantener espacios oscuros y puntos de turbulencia que, a la larga, minan la sicología y restan impulsos apostólicos.

•**Incapacidad frente al compromiso.** Esta es otra dificultad a la que hay que atender y es *la consistencia de la voluntad*. Ya que se ve generalmente en los y las jóvenes la falta de compromiso, y esto en todos los aspectos de la vida.

Será tarea de quien acompañe ayudar a resaltar la importancia de la voluntad -sin caer en voluntarismos-, ayudar a fortalecerla y que vayan encontrando el sentido de la vida misma, de ser posible que vayan entendiendo el sentido de la gratuidad hasta con las personas que están a nuestro entorno: un camino para ir logrando ser cada vez más fiel en lo poco -los pequeños desafíos diarios- para ser fiel en las grandes tareas del Reino.

•**La proyección de la imagen paterna.** Las jóvenes por lo general se presentan con una imagen distorsionada de Dios, como juez, como supervisor, como padrastro, a la sombra del propio padre biológico, quien quizás ha causado el más grande trauma de la vida. Asunto difícil de desmontar ya que la vivencia del propio padre está directamente relacionada con la idea de Dios. Todo ello va a suponer un proceso de superación y depuración de imágenes, a la par que se vaya experimentando la alteridad de Dios, que se deja sentir, como padre, como madre, en lo íntimo de la oración. Es esta una de las regiones fronterizas más comunes entre la terapia psicológica y el acompañamiento.

•**Baja estima.** Este es un cercano en la vida de las jóvenes, entre lo psicológico y lo espiritual: en muchas ocasiones se presentan como alguien que no tienen valor, que lo que realizan no es importante, que no tienen validez, de ordinario muy deteriorada, y esto tiene incidencia espiritual en cuanto uno se contempla a sí misma como alguien

que no es nadie ante Dios. De ahí proceden mecanismos de defensa como: culpabilidad, o deseos de retribuir, de pagar, o de ganarse la voluntad de Dios, sufriendo humillaciones o limitaciones físicas con un tono realmente insano. La persona con baja estima queda pendiente de sí misma, encerrada en su preocupación y en sus requerimientos insatisfechos; por tanto, imposibilitada para poder darse a las necesidades de las otras personas, imposibilitada para seguir una vocación de servicio desinteresado. Urge sacarla de su abismo antes de intentar cualquier proceso. El trabajo de la autoafirmación se fundamenta en un acompañamiento asertivo, realista, positivo, de potenciar sus capacidades y cualidades.³³

Frente a estas dificultades, Cabarrús presenta en su texto de Bitácora para acompañar caminantes, algunos elementos que la ciencia psicológica aporta, que:

- * **ayudan a profundizar** el conocimiento humano en sus aspiraciones y motivaciones más radicales;
- * **muestran la densidad psicológica** del obrar moral, relativizando la supremacía que se daba a la intencionalidad;
- * **ponen de manifiesto que la vida humana** se caracteriza por ser una existencia elegida;
- * **permiten comprender** que los procesos de la identidad y la realización personal están influenciados, no sólo por la edad, sino por el equilibrio y la interacción entre los factores personales y los sociales;
- * **subrayan** el progresivo desarrollo de la persona, y sobre todo, el papel del ejercicio de su libertad en la toma de decisiones, resaltando cómo las elecciones de fondo se van preparando a través de un proceso evolutivo, que al realizarlas permiten entender el significado de elecciones parciales y actos particulares;
- * **enfatan** la importancia de un proyecto personal de vida que guíe hacia la integración personal y social; han contribuido a la comprensión de las causas de los diversos

³³ Pedrajas Moreno Alfonso, sj. ¿Llamados y elegidos?: La atenta tarea de la pastoral vocacional, Editorial Verbo Divino, Bolivia, 2008, pp. 257-258.

desajustes y deformaciones individuales y sociales, así como los múltiples condicionamientos a los que el ser humano está sometido”³⁴.

Recordar que el acompañamiento no es una terapia psicológica, sino que el acompañamiento se vale de la psicología para ayudar a la joven a levantarse a buscar y hallar lo que Dios tiene para ella, para su propia realización humana.

2.5 Consolación y Desolación

Para hablar de Consolación y Desolación³⁵ es necesario mencionar a la Espiritualidad Ignaciana, ya que esta espiritualidad Ignaciana invita a una mística de la acción. Por consiguiente, este dinamismo de un hacer a partir de un estar³⁶, inspirada en la comunidad de apóstoles que se hace una comunidad apostólica, conlleva un evidente talante ético.

Tanto la consolación como la desolación vienen a ser como el eco positivo o negativo del estado de ánimo de la persona, creado a imagen de Dios y destinado a la comunión con El, con respecto a las más profundas exigencias de su ser. Estos estados de ánimos manifiestan los más ocultos afectos que de hecho favorecen o estorban al dinamismo esencial básico del ser humano. Cuando una persona se deja llevar por el Espíritu de Dios, como esto va de acuerdo con el dinamismo profundo que hay en él o en ella, entonces hay consuelo. Y sólo si su dinamismo está seducido o enviciado por afectos que no ayudan en el crecimiento de la persona y existe un egocentrismo, es decir que son afectos que no miran el bien de nadie sino su propio interés, entonces estos son desordenados, y por consiguiente hay esa desolación, que incluso el Espíritu puede

³⁴ CABARRÚS, Carlos Rafael, Cuaderno de Bitácora para acompañar caminantes: Guía Psico-histórico-espiritual, 4ta. Edición, Editorial Desclée de Brouwer, 2000, pp. 42-43.

³⁵ Se encuentran dentro de las reglas de discernimiento Ignaciano. Estas reglas son una clave para interpretar las reglas ignacianas, clave tan simple como imprescindible, es la orientación fundamental de la persona. El discernimiento ignaciano es un método que ayuda a distinguir entre el buen espíritu, origen de los movimientos interiores que provienen de Dios, y el maligno, que va en contra.

³⁶ Cf. Mc 3, 13 - 14

producir. Es propio del buen espíritu consolar. Y sólo produce tristeza, cuando una persona no se deja consolar. Consolación y desolación vienen a expresar la armonía o desarmonía, en las condiciones actuales concretas del ser humano, con respecto a las exigencias y anhelos más profundos de su destino.

En este camino del acompañamiento espiritual, dentro del proceso que hace una persona es muy importante tomar en cuenta estos estados espirituales ya que se pretende descubrir en ellos la voluntad de Dios, y puedan hacer una opción de vida, así mismo es muy importante tomar en cuenta las motivaciones que le mueven a la persona a realizar tal acto o tomar alguna determinación.

A continuación se dará un breve acercamiento en cuanto a las definiciones de consolación y desolación espiritual:

La Consolación Espiritual es una experiencia de sentirse inflados por el amor de Dios y mueve a alabar, amar y servir a Dios³⁷ y así mismo buscar los modos de ayudar a otros para que también vayan teniendo esta experiencia. La Consolación Espiritual anima y despierta en nosotros un profundo sentimiento de gratitud a Dios por su fidelidad, su misericordia y su compañía. En la Consolación nos sentimos más vivos y en sintonía con los demás.

San Ignacio dice en la tercera regla de discernimiento sobre la consolación en su libro de Ejercicios Espirituales:

La tercera de consolación spiritual: llamo consolación quando en el ánima se causa alguna moción interior, con la qual viene la ánima a inflamarse en amor de su Criador y Señor, y conseqüenter quando ninguna cosa criada sobre la haz de la tierra puede amar en sí, sino en el Criador de todas ellas. Assimismo quando lanza lágrimas motivadas a amor de su Señor, agora sea por el dolor de sus peccados, o de la pasión de Christo nuestro Señor, o de otras cosas

³⁷ Cf. EEI # 23.

derechamente ordenadas en su servicio y alabanza; finalmente, llamo consolación todo aumento de esperanza, fe y caridad y toda leticia interna que llama y atrae a las cosas celestiales y a la propia salud de su ánima, quietándola y pacificándola en su Criador y Señor³⁸.

La Desolación Espiritual, aquí la persona tiene una experiencia en la que el alma se encuentra sumida en la oscuridad y la confusión. Existen todo tipo de dudas, tentaciones y se deja envolver o enredar en sus propias preocupaciones. Es una experiencia de estar excesivamente inquietos y ansiosos, y hace estar distante de las demás personas. Este tipo de sentimientos, en palabras de Ignacio “mueven a la falta de fe y dejan sin esperanza y sin amor”. La cuestión clave para interpretar la consolación y la desolación es preguntarse: ¿Quién me lo está dando? ¿De dónde viene ese sentimiento y hacia dónde me lleva? La Consolación Espiritual no siempre implica alegría, de la misma forma que la Desolación Espiritual no siempre va acompañada por la tristeza. A veces, una experiencia de tristeza es un momento de conversión y de intimidad con Dios. Los tiempos en los que el ser humano sufre pueden ser momentos de enorme gracia. Igualmente, la paz y la alegría pueden ser ilusorias si nos anclan en la situación que vivimos, y no nos dejan afrontar los cambios en nuestras vidas o hacer alguna opción.

San Ignacio dice también de la desolación en su libro de Ejercicios Espirituales en la cuarta regla de discernimiento:

La quarta de desolación spiritual: llamo desolación todo el contrario de la tercera regla; así como escuridad del ánima, turbación en ella, moción a las cosas baxas y terrenas, inquietud de varias agitaciones y tentaciones, moviendo a infidencia, sin esperanza, sin amor, hallándose toda perezosa, tibia, triste y como separada de su Criador y Señor. Porque así como la consolación es

³⁸ EEI, de la reglas de discernimiento # 316. La forma de redacción corresponde al estilo de escritura propio de la época.

contraria a la desolación, de la misma manera los pensamientos que salen de la consolación son contrarios a los pensamientos que salen de la desolación³⁹.

Otra cosa que hay que tener en cuenta en estas reglas son las **mociones** que son los deseos profundos de la persona. El Señor nos habla mediante estos deseos profundos, mostrándonos el camino que debemos seguir y al cual él nos llama. Las mociones que son del buen espíritu, las que son movimientos del Espíritu Santo, son acompañadas de la consolación espiritual.

2.6 Claves del Acompañamiento Espiritual

El acompañamiento espiritual es, como lo dice W. Barry, *“el cuidado pastoral que pretende ayudar a otra persona para que esté más atenta a las comunicaciones que Dios establece con ella; para responder personalmente a ese Dios y para vivir en consecuencia con esa relación”*.

En el acompañamiento espiritual se trata de que existan relaciones más cercanas entre la persona que acompaña y la acompañada, que permiten el surgimiento de la amistad, el afecto y la reciprocidad. La persona va caminando con una orientación, con un rumbo, con un propósito en la vida y en esta marcha se establece una relación de confianza con alguien que se convierte en compañero de camino al estilo del que propone san Lucas en el pasaje de los discípulos de Emaús⁴⁰.

He aquí, en cierto modo, hacia donde quiere llegar el acompañamiento espiritual: reconocer la presencia de Cristo resucitado en mi propia vida, en mi historia, en el mundo que me rodea. El acompañamiento espiritual tiene, por tanto, como objeto ayudar a uno/a a descubrir poco a poco esta realidad crítica en su propia vida, a comprender su propia historia como una historia de salvación.

³⁹ EEI, de la reglas de discernimiento # 317. La forma de redacción corresponde al estilo de escritura propio de la época.

⁴⁰ Cf. Lc 24,13-35.

Por ello tomaré Lc 24,13-35, para dar a conocer estas claves dentro de este proceso de acompañamiento que además es un itinerario pedagógico de fe que aporta a esta riqueza de las relaciones que han de existir entre la acompañante y la acompañada: Es Jesús resucitado quien **toma la iniciativa** y se acerca a estos discípulos; camina junto a ellos que regresan cabizbajos a Emaús, y este caminar juntos permite entrar en la conversación. Es Jesús quién propicia esta conversación, sin violentar nada y camina junto a ellos. Así debe ser quien acompaña, caminando junto a la persona, siendo cercana a ella.

Jesús **comienza a interesarse** por lo que ocurre a los dos peregrinos. Primero los hace hablar con él: “¿De qué discutís entre vosotros mientras vais andando?” (Cf. Lc 24,17a). Entonces cuentan lo que pasó; ellos cuentan lo que pasó con sus vidas. Es así como Jesús se sitúa al mismo nivel en el que están ellos y luego los va conduciendo gradualmente hasta el nivel de comprensión que Él tiene.

Mientras van de camino Jesús les **escucha**, escucha todo lo que hay dentro de sus corazones y para que puedan sacar todo lo que hay dentro de ellos les hace preguntas y les acoge con todo lo que lleva dentro y luego Jesús los comienza a atraer hacia su experiencia de resurrección dejando que ellos expongan los acontecimientos pascales de esa misma mañana, no importa que concluyan que “no lo vieron”. Entran en **empatía**.

Con lo que ellos van narrando Jesús les va explicando las escrituras, les va **iluminando la vida** con el misterio pascual de su vida donde comienza a encenderse una esperanza en la oscuridad del corazón de los discípulos. Esa conversación atrae, que tal es el caso que cuando ya cerca de llegar al pueblo los peregrinos piden a Jesús que se quede en su casa.

Y luego son capaces de ver al Señor como les acompañaba en el camino y les hacía “arder el corazón” ellos son capaces de mirar sus propias vidas, también de dejarse sanar por el Señor y de encender nuevamente el amor, y eso hace que tomen la decisión de regresar a Jerusalén, es decir tomar la vida nuevamente con las manos y seguir caminando pero esta vez en compañía del Señor que será quien ilumine todo el proceso.

Para llegar a esto la persona que acompaña debe tener las mismas actitudes de Jesús con la persona acompañada:

- Acoger la vida, de la misma manera como lo hizo Jesús, acercándose a los discípulos de Emaús, sin juicio ni prejuicio, se acerca para mirar y escuchar más cerca.
- Poner a la persona en el centro de la experiencia espiritual.
- Dejar que la persona diga lo que tiene dentro de sí y no intervenir con comentarios, valoraciones y reflexiones personales, sobre todo dejar que exprese sus sentimientos.
- Con todo lo que la persona ha ido expresando, ya sea de manera verbal y no verbal, al final llegar a una confrontación.
- Orientación: Es un paso en la autoexploración, un conocimiento más profundo de sí: toma de conciencia sobre lo que le falta, sobre lo que debería hacer y no hace, sobre sus actitudes a asumir y desarrollar; esto es colocar a la persona ante sus propias responsabilidades.
- Ayudar a persona que vaya tomando decisiones, pero no decidir por ella; esta ayuda consiste en encontrar juntos la vía más apta para lograr el objetivo deseado.
- Quien acompaña debe esforzarse en formular un plan de acción adecuado a la persona que debe actuar e inspirado en la meta que se pretende alcanzar, manteniendo vivas y operantes las motivaciones del compromiso.
- Tener en cuenta que la persona busca en su acompañante sinceridad, discreción, confiabilidad y comprensión.
- Hacer un proceso de camino de fe, donde encamine a la oración diaria y a la oración afectiva;
- Se debe entender la vocación como acogida del amor trinitario y como continuación de la misión del Hijo, por la acción del Espíritu Santo, en la Iglesia y para el mundo.

2.7 Dios llama y acompaña en la Biblia.

Desde el antiguo testamento está Dios llamando, es él quien toma la iniciativa y se cruza en la historia de cada ser humano llamando a hombres y mujeres, escogidos.

“Te daré los tesoros ocultos, y las riquezas de los lugares secretos, para que sepas que soy yo, el SEÑOR, Dios de Israel, el que te llama por tu nombre.”(Isaías 45,3)

Dios necesita de nuevos apóstoles para que sean agentes directos en la tarea de evangelizar y acoger la llamada de Dios. Que en su nombre hablen y actúen generando una práctica cristiana de amor en la historia de la Salvación.

Los referentes cristianos encontrados en el testamento hebreo como en el testamento cristiano, iluminan hoy día los modos de proceder de Dios y encausan así las respuestas de los seres humanos.

El llamado de Dios es personal y nuestra respuesta debiera asumir la misma generosa fidelidad de Abraham, Moisés, Isaías, Jeremías, Samuel, Pedro, Andrés o Pablo, Él nos llama por nuestros nombres.

Si revisamos la biblia encontramos la llamada y el acompañamiento en Samuel: ⁴¹ el llamado es como una voz desconocida en la habitación de un niño. Samuel servía a Dios con la ayuda de Elí, y es así como Samuel escucha que Dios lo llama, pero Samuel no es capaz de descubrir de quién es la voz, y piensa que es Elí quien lo llama y acude a Él. Elí será ese compañero que le ayudará a descubrir el llamado que Dios le hace y le dirá cómo responder a ese llamado. Aquí aparece un elemento claro de lo que es el llamado y el acompañamiento en este llamado, pues la persona sola no es capaz de descubrir el sentido de su vida, de descubrir la voluntad de Dios, de discernir y comprometerse, con el proyecto del Señor, porque pueden aparecer voces que lleven a la persona a dar

⁴¹ 1Sam 3, 1-21.

respuestas inmediatas pero sin un compromiso o seguir a otras voces pensando que aquello es la voz de Dios. En la imagen de Elí, aparecen los acompañantes, los compañeros de camino que tienen una sensibilidad de percibir a Dios en la vida de los otros seres humanos y son capaces no sólo de ayudarles a que tomen una decisión, sino que serán que por medio de la mayor sensibilidad espiritual que se acercarán a Dios.

El acompañamiento es el pilar fundamental en la germinación de nuevas vocaciones que permitan el fortalecimiento del pueblo de Dios.

CAPÍTULO III

MANUAL DE ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL

3.1 Enfoque Pedagógico Crítico en el acompañamiento espiritual

El acompañamiento espiritual es un proceso fundamental en la formación religiosa ya que permite el discernimiento de una vocación, lo que posibilita acoger a Dios en el corazón y convertirlo en la razón de una nueva historia de vida.

Visualizado el acompañamiento de esta manera, la persona que acompaña se constituye en consejera personal, y a través de su formación pastoral acompaña a la persona, para que tome decisiones sobre su vida futura con absoluta libertad. La acompañante es amiga, psicóloga, compañera, quien ayuda a iluminar la vida y se vuelve una referente espiritual.

En los capítulos anteriores registramos la gran responsabilidad y los grandes desafíos de un acompañamiento espiritual integrador y liberador. Esto nos ha llevado a pensar en la necesidad de diseñar un Manual de Acompañamiento ACI, para las personas encargadas de guiar a jóvenes inquietas por la vida espiritual, que quieran ingresar en la vida religiosa en el instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús.

En éste capítulo pretendemos estructurar el Manual de Acompañamiento Espiritual, con el objetivo de articular la experiencia religiosa a un proceso didáctico ordenado que permita transparentar a través de diferentes vivencias, la disciplina de la formación y el compromiso personal como las claves fundamentales de una vida religiosa.

El acompañamiento se convierte, entonces, en un proceso que confronta las condiciones propias de la vida personal, con el compromiso de existir en una vida religiosa donde el compartir, dialogar, comprender, crear y evaluar entre otras capacidades intelectivas son importantes y necesarias para la introyección y vivencia espiritual. Este proceso de formación espiritual desde la visión de la espiritualidad ACI, pretende asumir el desafío de articular procesos pedagógicos y técnicas didácticas para el acompañamiento y la formación religiosa de jóvenes inquietas por la vida religiosa.

Este Manual de Acompañamiento está pensado desde un enfoque metodológico socio-cultural, cuyo sustento teórico propone:

- Construcción del conocimiento mediatizado por la realidad histórica – social.
- Desarrollo de la criticidad porque es el resultado de diferentes puntos de vistas: construcción social.
- El fin principal de la educación es la emancipación, a través de la búsqueda y desarrollo del sentido crítico y de la capacidad de decisión personal.

A la luz de este proceso metodológico la acompañada se ubicará al interior de un contexto social y tomará conciencia de sus condiciones personales, familiares, barriales, laborales, grupales entre otros, como los insumos necesarios para la comprensión y proyección de una nueva vida. Este proceso conceptual y metodológico articulará los saberes en un proyecto curricular con el propósito de generar acciones intencionadas para la formación religiosa, de acuerdo a las necesidades de las aspirantes y donde la vertiente espiritual, provocará la germinación de una nueva vocación.

El Manual de Acompañamiento, desarrollado de ésta manera se convertirá en un documento es valioso para la persona que acompaña, pues le da la posibilidad de contar con una guía metodológica, posibilitando el desarrollo de actividades planificadas en cada uno de los talleres, incorporando la creatividad y utilizándolos de acuerdo a las necesidades que surjan en el caminar.

3.2 La formación religiosa a través de competencias espirituales

Las competencias, generalmente definidas como *un saber hacer*, son parte de la capacidad que tiene la persona de demostrar sus conocimientos y destrezas, siendo el conocimiento el resultado de la asimilación de información que se da dentro del proceso de formación, y la destreza la habilidad para aplicar esos conocimientos en la vida personal y comunitaria.

Si aplicamos esta definición al campo espiritual, es importante señalar que la persona que acompaña asume el rol de conductor del proceso de enseñanza – aprendizaje, privilegiando la acción de orientar a la joven en su formación espiritual, como camino para transformar el conocimiento en habilidad para aplicarlo en la práctica pastoral. Es la joven quien debe participar de manera activa en su propia construcción personal y espiritual. En consecuencia, se requiere de un proceso disciplinado de conocimiento de la persona de Jesús, lo que lleva a un autoconocimiento, a una praxis, a una vivencia en la oración y a un discernimiento.

A través del Manual de Acompañamiento ACI se pretende fortalecer las siguientes competencias:

3.2.1 Saber Auto - conocerse

El autoconocimiento es la competencia que ayuda a reflexionar sobre sí mismo. Esto le permite adquirir la noción del Yo y sus cualidades. Este proceso de autoconocimiento se realiza a través de fases que reflexionan la historia de vida, biografía, auto-aceptación, etc.

3.2.2 Saber vivir el Evangelio

Toda persona está invitada a vivir los valores evangélicos, es decir vivir los valores y enseñanzas de Jesús. Para ello es importante que la persona conozca y confronte su vida con la vida de Jesús y discierna si está viviendo o no lo que Jesús le pide. En esta competencia será la joven quien deberá confrontar y purificar la imagen de Dios que tiene, a la vez que deberá ir creciendo en el deseo de conocer a Jesús y su proyecto del Reino.

3.2.3 Saber orar

Es la competencia que adquiere el ser humano en su relación con el Señor. Aquí se trata de ir desarrollando la capacidad de entrar en oración, no entendido como “rezo”, es decir como mera repetición de oraciones elaboradas por otras personas, sino como capacidad de entrar en comunicación íntima con su Creador. En la oración la joven tendrá la oportunidad de descubrir la voluntad de Dios para ella. Para entrar en comunicación con el Señor se le facilita un taller acerca de la oración y su metodología, que se resume en *tratar de amistad, estando muchas veces a solas con Aquel que sabemos que nos ama* (Santa Teresa de Jesús).

3.2.4 Saber Discernir

Es la capacidad a la que debe llegar la joven para elegir qué hacer con su vida. Saber discernir no es elegir entre lo bueno y lo malo, sino elegir entre lo bueno y lo mejor. Este discernimiento tiene que ir ejercitando cada día, mirando qué “le mueve” a hacer determinadas “acciones” en lo cotidiano. Esto le ayudará a descubrir dónde la quiere llevar Dios y que misión está preparando para ella.

Es la capacidad que debe desarrollar la joven para interpretar, describir y distinguir, la vida en espiritualidad y la vocación a la vida consagrada. Este conocimiento ayudará a la joven a confrontar su vida con las exigencias que el Señor le pide y que ella debe aceptar. El conocimiento de la espiritualidad ignaciana le permitirá adquirir herramientas para ser aplicadas en la vida pastoral y comunitaria.

Este saber, se irá integrado con la capacidad de trabajar en el apostolado, es decir en la ayuda y trabajo comunitario. En la medida que vaya caminando en el proceso de formación en la espiritualidad ACI, paulatinamente se irá involucrando en acciones de pastoral en la comunidad cercana a su entorno. La joven aspirante sentirá la necesidad de ponerse al servicio de las personas que necesiten de su ayuda. Entonces comprenderá y buscará espacios para desarrollar misiones en tiempos litúrgicos fuertes como Semana Santa, Navidad, entre otros.

3.3 MANUAL DE ACOMPAÑAMIENTO ESPIRITUAL ACI

A través de un breve manual se pretende orientar el trabajo de acompañamiento a jóvenes interesadas en optar por la vida religiosa perteneciendo a la Comunidad de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús. Es una síntesis de experiencias anteriores, a través de las cuales se pretende dar a conocer el carisma y la espiritualidad del Instituto, con el objetivo de que las futuras aspirantes vayan discerniendo el estilo de vida que desean seguir.

Se parte inicialmente de talleres de autoconocimiento y de reflexión sobre la propia historia de vida de la aspirante, tratando de que ella puede vislumbrar su posible vocación religiosa. Posteriormente nos iremos acercando al conocimiento sobre el Carisma de las “Esclavas de Sagrado Corazón de Jesús”. Pretendemos generar una experiencia que permita considerar la idea de juntarse a otras personas que también deseen compartir la vivencia de Dios.

La metodología a emplearse en todos los diferentes talleres depende de la problemática a ser tratada, y de acuerdo a la profundidad que requiera la acompañante se planificará el tiempo de duración de cada uno. Estos talleres están pensados para trabajar con jóvenes que tienen inquietudes sobre la vida religiosa, pero también pueden ser utilizados con personas que deseen embarcarse en esta aventura del conocimiento y crecimiento personal y espiritual.

Estos talleres están pensados para trabajar con jóvenes que tienen inquietudes sobre la vida religiosa, aunque eventualmente pueda usarse con jóvenes que deseen embarcarse en la aventura de su conocimiento personal. Las entrevistas deberán ser semanales para un mejor acompañamiento; de no ser posible las entrevistas semanales, pueden ser quincenales.

3.3.1 TALLERES PARA DESARROLLAR EL AUTOCONOCIMIENTO

TALLER 1: Rasgos de mi personalidad

Objetivo: Propiciar a la joven un espacio que le permita conocerse, aceptarse, aceptar a los demás, potenciar sus cualidades y adquirir herramientas que le ayuden a desarrollar su dimensión humana.

Proceso: En primer lugar se inicia con una pequeña oración y meditación poniendo el trabajo de éste día ante los ojos del Señor.

En segundo lugar se pide a la joven que reflexione y escriba lo primero que se le venga a la mente, frente a las siguientes preguntas sin detenerse demasiado, es decir que sus respuestas sean espontáneas. Hay que advertirle que no existen respuestas correctas o incorrectas, que todas son válidas y le ayudarán a conocerse y a crecer como persona.

Con este taller se pretende ayudar a la joven identificar rasgos de su personalidad, recordando y reflexionando sobre su historia de vida personal, familiar y social, a través de diálogos y entrevistas.

Preguntas para la reflexión

- Te voy a hacer una misma pregunta diez veces y quiero que me respondas lo primero que se te venga a la mente. No pienses mucho, sino dime lo primero que se te ocurra. No vale repetir la misma respuesta dos veces: *¿Quién eres?*
- Te voy a decir unas frases incompletas, quiero que las termines con lo primero que se te ocurra. No pienses mucho, sino dime lo primero que se te ocurra
 - Lo que más me gusta es...
 - Lo que menos me gusta es...

- Algún día me gustaría...
- Mi carácter es...
- Yo sirvo para...
- Lo mejor que hago es...
- Los amigos son...
- Como hija soy...
- Como hermana soy...
- Como compañera de estudios soy...
- Como estudiante soy...
- Como compañera de trabajo soy...
- Lo que más me gusta de mí es...
- Lo que menos me gusta de mí es...
- A mí me aburre...
- A mí me encanta...
- Si pudiera hacer magia...
- ¿De dónde eres? ¿Dónde has vivido la mayor parte de tu vida?
 - En caso de haber pasado la mayor parte del tiempo en el mismo lugar, pasa a la siguiente pregunta.
 - En caso de mencionar dos lugares diferentes, ¿A cuál de ellos sientes que perteneces más? ¿Por qué?
- ¿Dónde y en qué lugar estudiaste la primaria y la secundaria? Señala el nombre de tu centro de estudios, el lugar donde quedaban y descríbelos.

TALLER 2: Mi autobiografía: conociéndome a través de mi historia⁴²

- **Objetivo:** Describir los eventos más gratificantes o los más difíciles, a través de un ejercicio de introyección para reflexionar sobre su pasado y sus actuaciones
- **Proceso:** Se le pide a la joven que doble una hoja A4 por la mitad una y otra vez, hasta que queden por lo menos 32 cuadros. En cada uno poner un año, empezando desde aquel cuando nació; en cada recuadro escribir un hecho que recuerde y otro que le hayan contado.

Temas para reflexionar:

- *Relaciones:* Con papá, hermanos, otras personas.
- *Salud:* ¿Qué enfermedades tuvo? ¿Cómo se curó? ¿Ha sido operada? ¿Internada? ¿Alguna vez has ido al psicólogo o al psiquiatra?
- *Cuerpo:* ¿Qué consciencia tenía de él?
- *Idea de Dios:* ¿Quién era para mí en ese momento de mi vida?
- *Idea del pecado:* ¿Qué era pecado?
- *Sentimiento de culpa:* ¿Frente a quiénes? ¿Qué ocasionaba sentirse así?
- *Momentos alegres, momentos dolorosos y momentos tristes.*
- Recordando estos años, ¿Qué sentimientos vuelves a experimentar (alegría, soledad, tristeza, angustia, etc.)? ¿Por qué?
- Completa las siguientes frases con lo primero que se te venga a la mente:
 - Como amiga soy
 - Como hija soy
 - Como hermana soy
 - Como cristiana soy
 - Como enamorada soy
 - Como trabajadora soy

⁴² CABARRÚS, Carlos Rafael, Crecer bebiendo del propio pozo, 2da. Edición, Ed.Desclée de Brouwer, S.A., Bilbao, 1998, p. 28.

- Al mirarte al espejo, ¿Qué es lo que más te gusta y lo que menos te gusta de ti?
- ¿Te gusta cómo ha sido tu vida hasta ahora? ¿Por qué?
- Imagínate que te va a recoger una persona que nunca te ha visto, ¿cómo te describirías para que te reconozca?

Completa las siguientes frases:

- De aquí a cinco años me gustaría haber logrado...
- De aquí a veinte años me gustaría haber lo grado...
- Me gustaría estudiar...
- Me gustaría trabajar...
- ¿Crees que es posible que logres lo que te has propuesto? ¿Por qué?
- Imagínate que necesitas convencer a alguien de que eres la mejor persona del mundo y no le puedes mentir ¿Qué dirías de ti?

***Para finalizar** este taller la acompañante reflexiona sobre la importancia de procesar los acontecimientos de la vida*

TALLER 3: Conociéndome a través de mis gustos

Objetivo: Concientizar la identidad a través de lo que le gusta o le disgusta para que relacione algunos elementos que le pueden articular a la vocación religiosa.

Proceso: El acompañado debe iniciar contestando el siguiente cuestionario. Una vez terminado la acompañante procesará la información con la joven e irá reflexionando en cada dato o acontecimiento importante.

Cuestionario

- ¿Qué tipo de música es la que más te gusta? ¿Cuál es tu canción favorita?
- ¿Tienes algún pasatiempo? ¿Cuál?
- ¿Te gusta leer? ¿Qué tipo de cosas lees? ¿Cuál es tu libro favorito?
- ¿Te gusta bailar? ¿Qué tipo de música bailas?
- ¿Ves televisión? ¿Cuáles son tus programas favoritos?
- Si tienes que escoger entre bailar, leer, ver televisión o conversar con tus amigos, ¿Qué escogerías? ¿Por qué?
- Completa las siguientes frases con lo primero que se te venga a la mente:
 - Mi madre diría que soy...
 - Mi padre diría que soy...
 - Mis hermanos dirían que soy...
 - Mis amigos dirían que soy...
 - Mis compañeros de estudio o trabajo dirían que soy...
 - Mis profesores dirían que soy...
 - La imagen que doy a los demás es...
- ¿Cómo crees que te ven los demás?
- Imagínate que te han encargado organizar un grupo de jóvenes para una actividad de la parroquia ¿Qué harías? ¿Cómo te sentirías?
- ¿Cómo es un buen líder? ¿Qué hace? ¿Qué características tiene?

- ¿Conoces a alguien que sea buen líder? Justifica tu respuesta.
- Marca la opción correcta y señala por qué

Lo que los demás opinan de ti es:

Muy importante____

Medianamente importante____

Poco importante_____

No es importante_____

Porque_____

- ¿Qué te gustaría que los demás piensen de ti?
- ¿Sueles consultar con alguien tus decisiones o prefieres tomarlas sola? ¿Por qué?
- ¿Prefieres hacer las cosas sola o en grupo? ¿Por qué?
- Señala con cuales de las siguientes frases estás de acuerdo y por qué:

- Si quieres un trabajo bien hecho, hazlo tú mismo.

De acuerdo_____ En desacuerdo_____

Porque_____

- La unión hace la fuerza

De acuerdo_____ desacuerdo _____

Porque

c) Dos cabezas piensan más que una

De acuerdo_____ desacuerdo _____

Porque

d) Cada una es responsable de su trabajo, por tanto es mejor no depender de los demás si uno quiere que las cosas salgan bien.

De acuerdo_____ desacuerdo _____

Porque

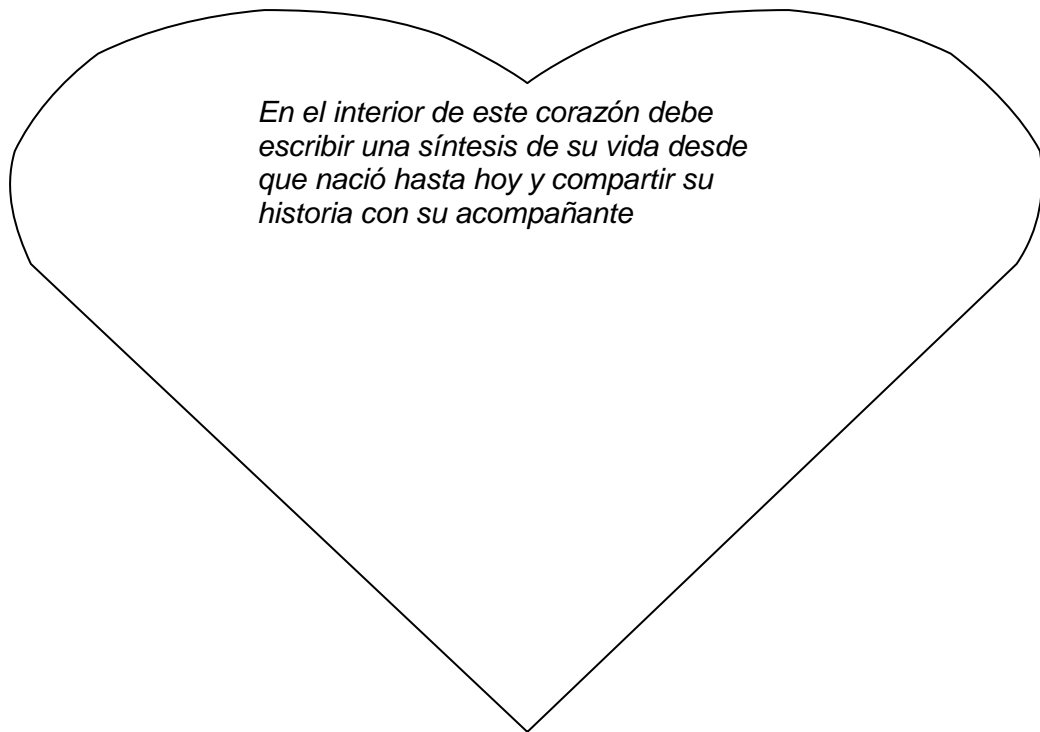
e) Más vale sola que mal acompañada.

De acuerdo _____ desacuerdo _____

Porque

- ¿Has sido feliz? ¿Cuándo? ¿En qué momentos de tu historia y por qué?
- ¿Has sido infeliz? ¿Cuándo? ¿En qué momentos de tu historia y por qué?

Para finalizar la aspirante debe dibujar un corazón grande, recortarlo, y en su interior debe escribir una síntesis de su vida desde que nació hasta hoy y compartir su historia con su acompañante.



TALLER 4: Afrontando mis dificultades

Objetivo: Promover reflexiones sobre actitudes frente a dificultades a través de identificar sentimientos y reacciones personales para generar cambios y decisiones futuras.

Justificación: En este taller se pretende que a la joven vaya adquiriendo más conciencia de aquello que ha optado y cuáles han sido sus motivaciones para tomar decisiones. También ver que ha hecho frente a decisiones equivocadas.

Proceso:

1. Se solicita a la aspirante llenar en el siguiente cuadro y reflexionar de manera muy sincera sobre su participación.

En anexos se encuentra un taller sobre: *7 Hábitos de la gente altamente efectiva*⁴³ ayuda a trabajar hábitos: de la responsabilidad, del liderazgo personal, de la administración personal, del beneficio mutuo, de la comunicación efectiva, de interdependencia, de la mejora continua, de la confianza, lo que redundará en el crecimiento personal. Y para este momento la sugerencia es la siguiente:

Ocasión/ Evento	Dificultad	¿Cómo lo enfrenté o solucioné?

2. Junto con el acompañante se reflexionan las preguntas que a continuación se describen:

Preguntas de Reflexión

- ¿Qué haces cuando tienes que tomar una decisión importante?
- ¿Te cuesta tomar decisiones? ¿Por qué?

⁴³ STEPHEN M. R. Covey, *7 Hábitos de la gente altamente efectiva: la revolución ética en la vida cotidiana y en la empresa*, Editorial Paidós, Buenos Aires, 2003.

- ¿Qué harías si luego de muchas dudas decides algo y una persona querida te dice que tu decisión no es la correcta?
- ¿Cuál ha sido la decisión más importante que has tenido que tomar?
- ¿Cuál ha sido la decisión más difícil que has tenido que tomar?
- Ordena de mayor a menor qué tan fácil es expresar las siguientes emociones (1= más fácil, 9 = más difícil)

() Alegría

() Amor

() Vergüenza

() Tristeza

() Compasión

() Cólera o rabia

() Miedo

() Ternura

() Preocupación o angustia

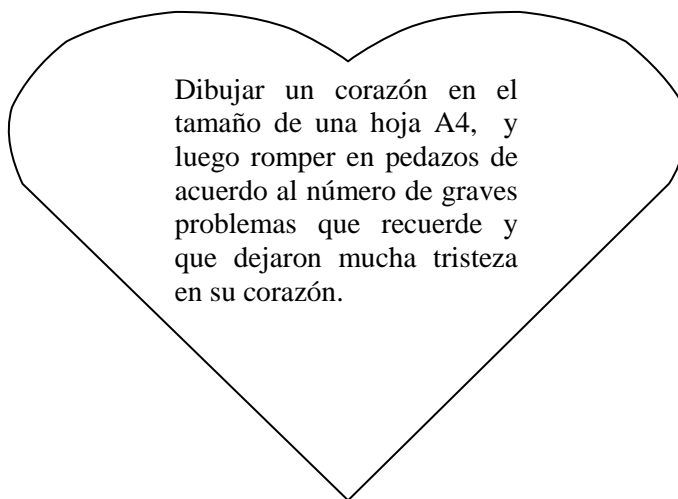
Para finalizar este taller la aspirante debe dibujar un corazón en el tamaño de una hoja A4, y luego romper en pedazos de acuerdo al número de graves problemas que recuerde y que dejaron mucha tristeza en su corazón.

Luego debe recoger los pedazos y tratar de unirlos con cinta adhesiva. Posiblemente el corazón no quedará igual que al inicio.

¿Qué reflexión harías sobre éste corazón?

¿Crees que un corazón roto en pedazos puede quedar igual?

¿Crees que el perdón podría componerlo?



TALLER 5: Mis sentimientos y mis amistades

Objetivo: Concienciar en la joven sus sentimientos a través de recordar afectos y verbalizarlos para poder canalizarlos.

Justificación: Se recomienda que la joven vaya conociendo y verbalizando sus sentimientos, teniendo en cuenta que desde pequeña aprendió a moralizar (bueno o malo). Ayuda a la joven a reflexionar sobre sus actitudes con personas que no son de su familia, pero que sí son cercanos y cuál es su capacidad para elegir y mantener una buena amistad.

Proceso: Para este trabajo se sugiere hablarles a las jóvenes sobre los sentimientos y que ellas aprendan a diferenciar sobre qué son sentimientos y pensamientos.

Paso 1: Conteste las siguientes preguntas en cartulinas de colores, que hablen de cómo se siente usted con la persona que se le recuerda, por ejemplo: en cartulina roja si le causa mucha rabia, en azul si es tranquila...etc.

- ¿A veces sientes que tus sentimientos son confusos y se mezclan? Pon un ejemplo
- ¿Cómo te sentías en el colegio? ¿Bien? ¿Aislada? ¿Te gustaba estudiar? ¿Cuáles eran tus materias favoritas? ¿Qué pensaban los profesores de ti?
- ¿Cómo te va ahora en el colegio o universidad? ¿Te gusta estudiar? ¿Cómo es tu relación con tus compañeros y profesores? ¿Qué crees que piensan ellos de ti?
- ¿Te es fácil expresar tus sentimientos? ¿Por qué? ¿Tienes más tiempo de alegría o tristeza? ¿Por qué?
- ¿Te es fácil decir lo que piensas a tus padres, amigos, compañeros y profesores? ¿Por qué?
- Recuerda y cuenta una situación en la que te costó trabajo decir lo que pensabas.
- ¿Te gusta que los demás se enteren de lo que sientes? ¿Cuándo sí y cuándo no?
- ¿Quiénes son tus amigos? ¿Cómo te sientes con ellos?
- ¿Tienes un mejor amigo o amiga?

- ¿Qué les gusta hacer juntos?,
- ¿Consideras que algunos amigos te traicionaron? ¿Por qué?
- ¿Cómo es ahora la relación con ellos?
- ¿Sientes que tienes amigos verdaderos? ¿Cómo es tu relación con tus amigos?
- ¿Te has enamorado?
- Imagina que viene un extraterrestre y te pide que le expliques qué es un amigo, ¿qué le dirías?
- **Paso 2:** Ordena de mayor a menor tus puntos de vista respecto a las siguientes frases (1 = muy de acuerdo y 4 = poco acuerdo); explica por qué:

- () A los buenos amigos se les puede contar con los dedos de la mano.
 - () Un amigo es una persona con quien puedes pensar en voz alta.
 - () Un buen amigo es aquel que te dice tus defectos.
 - () En las situaciones difíciles se conoce a los verdaderos amigos.
 - Porque
-

- **Para finalizar:**
- Dibuja a un amigo cercano a quien quieras mucho, y describe su forma de ser, lo que más te gusta de él.

TALLER 6: Mi identidad de género

Objetivo: Fortalecer la identidad a través de reconocer características de género frente al otro, para progresar en mi identidad sexual.

Justificación: Es importante la reflexión personal con relación a la identidad sexual, porque permite crecer como mujer y aceptarse corporal y espiritualmente, sanando heridas que haya tenido en la niñez respecto a sexualidad.

Proceso: En un primer momento y luego de la oración inicial se observará un documental sobre la maravilla de la naturaleza humana.

En segundo momento la estudiante escribe una carta donde debe reflexionar sobre uno o dos temas que se presentan a continuación:

- ¿Qué sentiste con los cambios de tu cuerpo al entrar a la adolescencia?
- ¿Cómo te sientes ahora que tu cuerpo?
- ¿Qué es para ti la sexualidad?
- ¿Qué parte de tu cuerpo es la que más te gusta de ti?
- ¿Qué parte de tu cuerpo es la que menos te gusta de ti?
- ¿Te gusta ser mujer? ¿Por qué?
- ¿Qué sentimientos has vivido en torno a tu sexualidad: ansiedad, culpa, miedo, tranquilidad? ¿Por qué?
- ¿Experimentaste alguna vivencia que te cause dolor? ¿Por qué?
- ¿Qué opinas del matrimonio?
- ¿Qué piensas de la vida matrimonial como opción de vida?

En tercer momento: Marca que tan de acuerdo estás con cada una de las siguientes frases:

	Totalmente De acuerdo	Medianamente de acuerdo	Medianamente en desacuerdo	Totalmente en desacuerdo
Los hombres no lloran.				
El hombre es para la calle y la mujer para la casa.				
Los hombres son más valientes que las mujeres.				
Las mujeres son más sensibles que los hombres.				
Las niñas y los niños pueden jugar con muñecas.				
Las mujeres son más débiles que los hombres.				
Sólo los varones se masturban.				
Una mujer que usa pantalón y es gerente, no es muy femenina.				
La crianza de los hijos es responsabilidad de la mujer.				
A las mujeres les gustan los hombres fuertes y rudos.				
A los hombres les gustan las mujeres suaves y delicadas.				

Para finalizar este taller reflexiona de manera personal como te sientes en este momento.

TALLER 7: Conociéndome a través de mi manera de reaccionar

Este material ayuda a la joven a tomar conciencia de sus reacciones y mirar sus sentimientos. Para este trabajo personal se sugiere el siguiente cuestionario.

- Completa las siguientes frases. No lo pienses mucho, pues toda respuesta es válida.
 - Las cosas que me ponen alegre son...
 - Las cosas que me ponen triste son...
 - Las cosas que me ponen nerviosa son...
 - Las cosas que me dan rabia son...
 - Las cosas que me dan miedo son...
 - Las cosas que me dan vergüenza son...
 - Las cosas que me indignan son...
 - Las cosas que me conmueven son...
 - Cuando estoy feliz hago lo siguiente...
 - Cuando estoy molesta hago lo siguiente...
 - Cuando tengo miedo hago lo siguiente...
 - Cuando algo me conmueve hago lo siguiente...
 - Cuando estoy avergonzada hago lo siguiente...
 - Cuando estoy nerviosa hago lo siguiente...
 - Cuando algo me indigna hago lo siguiente...
- ¿Cómo te sientes cuando ves a un mendigo? ¿A un terrorista arrepentido? ¿Por qué?

- ¿Cómo te sientes cuando ves a un policía pidiendo coima? ¿Qué harías? ¿por qué?
- ¿Cómo te sentirías si tienes un paseo programado con tus amigos y a última hora no te dan permiso para ir?
- Imagínate que luego de una semana te enteras que tus amigos hicieron una fiesta y no te invitaron, ¿cuál sería tu reacción?
- Imagínate que desde tu casa ves que tú vecino le pega a su hijo constantemente; una ocasión tú viste al niño con moretones ¿Cómo te sentirías? ¿Qué harías?
- Imagínate que estudiaste mucho para un examen, pero estuvo difícil y no aprobaste ¿Cómo te sentirías? ¿Qué harías? ¿Por qué?
- ¿Qué harías si ves que un compañero de clase molesta constantemente a otro, poniéndole apodos, insultándole, dándole empujones? ¿Por qué?
- ¿Qué harías si tu profesor tiene la costumbre de llamar idiota frente a toda la clase a aquel que no sabe la respuesta? ¿Por qué?
- Imagínate que tienes que ir a una entrevista de trabajo y te acuerdas que no tienes ropa limpia y planchada, ¿Qué harías?
- ¿Has pertenecido a algún grupo? ¿Qué grupos? ¿Cómo te sentías allí? ¿Qué hacían?
- ¿A qué se dedica tu grupo? ¿Cómo te sientes en él? ¿Qué cualidades, actitudes o valores tuyos has descubierto en ese grupo? ¿Sientes que algo de tu personalidad se frena en el grupo? ¿Qué cosas y por qué?
- ¿Cuál crees que ha sido tu experiencia grupal más importante? ¿Por qué? Cuenta cómo es ese grupo. ¿Qué hacían? ¿Cómo se llevaban? ¿Cuál era o es tu rol?

TALLER 8: Mi familia y yo

OBJETIVO: Reflexionar acompañante y acompañada sobre la historia familiar, a través de cuestionarios, dibujos, redacciones y diálogos para llegar a analizar la situación familiar y su participación en ella.

JUSTIFICACIÓN: Hay que tener en cuenta que hoy existen varios modelos de familia, por eso es importante caminar con la joven, rescatando su ambiente familiar, en donde ella construya su identidad personal, la historia de vida nos permite agradecer, perdonar, acoger, rectificar y seguir construyendo. Este taller es importante porque la joven va a presentar a cada persona de su familia, el parentesco que existe y de la influencia que tiene en su historia personal.

PROCESO: En primer momento la joven debe dibujar cada miembro de su familia en una hoja de cartulina, pensando que la familia ha aportado en su crecimiento. Bajo el dibujo de señalar lo siguiente:

¿Quiénes son los miembros de tu familia? Nombres, lugar donde nacieron y donde viven actualmente.

¿Dónde nació y dónde ha vivido la mayor parte de su vida tu papá?

¿Dónde nació y dónde ha vivido la mayor parte de su vida tu mamá?

¿En qué lugar(es) has vivido con tu familia?

¿Suelen conversar frecuentemente entre todos?

¿Quién aporta económicamente en casa?

¿Quién o quienes conversan sobre lo económico en tu casa?

¿Cómo se dan esas conversaciones: calmadas, tensas? ¿Por qué?

En Segundo Momento: Completa las frases anotando lo primero que se te venga a la mente, lo importante es que no lo pienses mucho, recuerda que toda respuesta es válida.

Mi familia es: _____

Con mi familia me llevo: _____

Lo que más me gusta de mi familia es: _____

La responsabilidad que tengo en mi familia es: _____

En mi familia nunca se habla de: _____

El problema más serio que hay en mi familia es: _____

Lo que no me gusta de mi familia es: _____

En mi familia siempre se habla de: _____

Lo que más me gusta hacer con mi familia es: _____

Lo que quisiera decirle a mi familia: _____

¿La relación entre mis padres?

Separados: _____

Divorciados: _____

Casados: _____

Convivientes: _____

Para finalizar este taller la acompañante debe realizar una reflexión sobre la importancia del respeto y el perdón a todos los miembros de la familia. Se sugiere finalizar preguntándole a la joven de cómo se siente al traer a la memoria estos acontecimientos y de ser necesario, según vea la que acompaña termine con una oración sobre el perdón.

3.3.2 TALLERES PARA APRENDER A VIVIR EL EVANGELIO

TALLER 9: Mi encuentro con Jesús

OBJETIVO: Iniciar el camino en el conocimiento de Dios, a través de la meditación, profundización de la Palabra de Dios y del estudio de documentos que permiten purificar la visión que ella tiene de Dios, para propiciar un espacio de encuentro con Jesús, y que sienta que Dios la acompaña en su vida.

JUSTIFICACIÓN: Los cristianos tiene diversas imágenes sobre Dios Padre y Jesús; unas son erróneas, otras indiferentes, otras comprometedoras. Jesús nos habló y enseñó acerca del Padre y dejó una imagen en su tiempo que el pueblo entendió de diversas maneras. La “imagen” se refiere a la percepción que tiene la persona de alguien, y viene dada por la impresión que nos deja y que explicamos con nuestras palabras. Al hablar de la imagen de Jesucristo nos referimos a la impresión que dejó en la fe de su pueblo.

PROCESO: Este taller busca despertar el interés en la joven por conocer a Jesús, amarlo y seguirlo, para ello debe desarrollar el siguiente proceso:

En el primer momento debe completar la siguiente matriz:

Sacramentos realizados	Fecha	Lugar	Para mí significó o significa	Quienes me han educado en la Fe.

En el segundo momento debe contestar las siguientes preguntas:

1. ¿Cuándo y cómo haces oración?
2. ¿Qué sientes cuando oras?
3. ¿Quién te enseñó a orar?
4. ¿Quiénes han influido en tu forma de oración? ¿Por qué?
5. ¿Alguna vez has ido a un Retiro?
6. ¿Te gustó? ¿Por qué?
7. ¿Eres devota de algún santo o de alguna advocación a la Virgen?
8. ¿Por qué te gusta esta advocación?
9. ¿Quién es Dios para ti?
10. ¿Quién es Jesús para ti?
11. ¿Quién es el Espíritu Santo para ti?
12. ¿Qué importancia tiene Jesús en tu vida?
13. ¿Qué importancia tiene la Virgen María?
14. ¿Qué importancia tiene el santo de tu devoción en tu vida?
15. ¿Has sentido la presencia de Dios en tu vida?
16. ¿Cuándo lo has sentido?
17. ¿Crees que tienes fe? ¿Cómo te das cuenta de tu fe?
18. ¿Crees que tu fe ha ido cambiando desde que eras niña?

Para finalizar este taller se recomienda que la joven escriba una pequeña redacción donde exprese como siente en este momento su relación con Dios, y de ser posible empiece a conocer lo que es oración.

TALLER 10: Imágenes de Jesús

OBJETIVO: Profundizar en la verdadera imagen de Jesús, a través de meditar y profundizar en los diferentes pasajes bíblicos, para alcanzar iluminación sobre la imagen verdadera de Dios

JUSTIFICACIÓN: Los cristianos buscan manifestar su fe en Dios a través de celebraciones, tradiciones, devociones, rezos, etc. Muchas de estas expresiones de fe responden a la necesidad de estar en comunión con Dios. Forman parte de la piedad popular. Sin embargo, muchas veces se quedan como expresiones ritualistas y culturales y no llegan a una profunda y verdadera experiencia de Dios ni se dejan iluminar por Él.

PROCESO: Para trabajar la imagen de Dios que tiene la joven debe ahondar en los siguientes textos bíblicos. Con el mensaje principal de esta lectura debe hacer el ejercicio de indagar en la imagen de Dios.

Mc 8,27-30	Juan 14,5-9	Juan, 8,12; 10,11	1Corintios
10,4 Juan 6,51	Juan, 11,25	Marcos 4,36-41	Marcos 6,2-3

Para finalizar este taller la aspirante debe contestar las siguientes preguntas:

1. *¿Qué imágenes de Jesús presentan los textos bíblicos?*
2. *¿Qué imagen de Jesús tenían sus discípulos?*
3. *¿Con cuál de estas imágenes te identificas? Si Jesús te preguntara qué imagen tienes de Él, ¿cuál sería tu respuesta?*
4. *¿A qué compromisos te llevan estas percepciones acerca de Jesucristo?*
5. *¿Si Jesús se hubiera acercado a ti cuál sería tu respuesta?*
- 1) *¿Crees que debes cambiar tu imagen de Dios? ¿Por qué?*

Para finalizar la joven debe enlistar algunos compromisos personales que surgen en su corazón luego de las lecturas realizadas. Luego debe visitar una de las obras sociales de la comunidad y tratar de encontrar en el trabajo pastoral la contestación para sus inquietudes.

3.3.3 TALLERES PARA APRENDER A ORAR

TALLER 11: ¿Cómo aprender a orar?

Objetivo: Iluminar la historia de la joven con la ayuda de la oración a través de oraciones diarias, retiros espirituales, discernimiento diario, entre otros.

Justificación: Este taller permite ayudar a la joven para que entre en intimidad con el Señor, por medio de la oración. La oración es un espacio donde se reconoce y acoge el deseo de Dios. La oración tiene por objetivo comunicar lo que Dios quiere de nosotros. Por eso, el punto de partida es *pedir la Gracia* de que el Señor me muestre el regalo que me concede.

Proceso: La acompañante debe motivarla a caminar junto a Jesús, dejándose acompañar de Él. Jesús es la revelación de Dios en la historia, en Él encontramos a Dios trabajando por la humanidad.

En primer lugar la acompañada debe realizar la siguiente lectura, que le permitirá ahondar en este conocimiento de la oración:

¿QUÉ ES ORACIÓN?

Orar no es lo mismo que repetir o recitar oraciones ya elaboradas por otras personas que tuvieron experiencias de Dios. Los discípulos de Jesús, por ser judíos, tenían oraciones que recitaban durante el día. Sin embargo le piden a Jesús: “enséñanos a orar” (Lc 11,1). Esto se da, porque ven a Jesús retirarse a encontrarse con el Padre. Jesús era especial en sus enseñanzas, en su oración al Padre, en sus milagros y exorcismos, etc. Esto que ven en Jesús es lo que los lleva a querer ser discípulos y aprender a orar. Y Jesús les mostró su corazón, les enseñó al Padre, les dio su vida, su secreto, lo que llevaba de más entrañable dentro.

Por ello, la oración es encuentro, diálogo desde lo profundo del corazón. Dios habla en lo secreto de nuestro corazón. Debemos abrir el corazón para escuchar lo que Dios nos dice. El Catecismo de la Iglesia Católica se apropia de la definición de Santa Teresita del Niño Jesús: "Para mí, la oración es un impulso del corazón, una sencilla mirada lanzada hacia el cielo, un grito de reconocimiento y de amor tanto desde dentro de la prueba como desde dentro de la alegría" (CIC, 2558). Y San Gregorio Niceno dice: "La oración es una conversación o coloquio⁴⁴ con Dios".

Orar es conversar con Dios: Para ello es importante dedicar tiempo, *desear* el encuentro, tener conciencia de que Dios siempre nos está esperando para escucharnos y hablar con nosotros. Así como Jesús enseña a sus discípulos a dirigirse al Padre con confianza, así debemos acercarnos al Señor, sabiendo que nos ama y espera. Por lo tanto, la oración es elevación del corazón que quiere comunicarse con su Padre. Para esto necesitamos humildad y sencillez.

En este sentido podemos afirmar que la oración es diálogo profundo con Dios, y, como en todo diálogo se hace imprescindible la escucha, la actitud receptiva, la confianza y entrega. Si la oración es comunicación con el Señor, entonces debemos ser conscientes que es esencial que compartamos lo que Dios nos trasmite.

Existen varios materiales de la Espiritualidad Ignaciana para hacer oración. Para facilitar este encuentro sugiero unos pasos:

En un segundo momento del presente taller la joven debe realizar los siguientes pasos que le ayudaran a entrar en oración:

⁴⁴ Conversación, diálogo o conversación entre dos o más amigos.

PASOS DE LA ORACIÓN

“Toma tu camilla y anda” (Jn. 5,1-18)

PRIMER PASO: SITUARSE

- **Exteriormente:** buscar un lugar donde pueda estar sola, que ayude a concentrarse y determinar un tiempo para la oración.
- **Interiormente:** hacer silencio interior, calmarse, respirar profundo, suscitar deseos de escuchar la Palabra de Dios, pensar que Dios me escucha aquí y ahora.

SEGUNDO PASO: PREPARARSE

- Me pongo delante de Dios, estoy en su presencia.
- Pido a Dios no ser sorda a su Palabra, que Él me enseñe a rezar
- Leo con atención el texto escogido, comprendiéndolo, subrayando lo que más me llama la atención, y quedarme con eso.

TERCER PASO: ACERCARSE

- Escucho lo que Dios me tiene que decir, para eso me ayuda repetir las palabras de Jesús que me han tocado, me pongo en la escena como si estuviera presente, percibo los sentimientos que suscita la repetición de esas palabras.

CUARTO PASO: DIALOGAR

- De acuerdo a los sentimientos que he experimentado en la escucha de la Palabra de Dios: alabo, pido, agradezco.
- Al final de la oración busco una palabra o gesto que sintetice el encuentro con Dios.

QUITO PASO: EXAMEN DE LA ORACIÓN

- Cuando termino la oración anoto todo lo que sucedió mientras rezaba: palabras, sentimientos, ideas...

EXAMEN DE LA ORACIÓN⁴⁵

Aunque el examen de la oración no es una forma de oración, es un punto de referencia para que la oración llegue a su esencia: espacio donde se reconoce y acoge el deseo de Dios. El examen de la oración tiene por objetivo discernir lo que aconteció en ella. Por eso, el punto de partida es *pedir la Gracia* de que el Señor me muestre el regalo que me concede y la capacidad de reconocer las mociones y tretas que hubo en la oración.

Hacer un diagrama de la oración ayuda a ver gráficamente cómo fue el tiempo transcurrido, si se vivió en consolación o en desolación. Es interesante confrontar entre lo que pedía y lo que recibí. No hay que olvidar que la oración es embajada, que allí pasa lo que Dios quiere que pase, con la certeza y confianza de que si lo dejamos actuar, Él siempre sanará nuestra herida. Es momento de ser consciente y dócil al modo como Dios quiere llevarnos.

La tarea que brota de la oración es la fuente de la cual debo preparar nuevos puntos para la oración (especialmente durante los Ejercicios Espirituales), pues es ahí donde se coteja la vida que Dios quiere que sigamos. Veamos un esquema que ayuda a sistematizar el examen

ESQUEMA: EXAMEN DE LA ORACIÓN

Fecha: ____ / ____ / ____

1. Tema: _____ Texto: _____

2. Diagrama: (tiempo de la oración)

<i>Desolación</i> <i>D</i>			
<i>Consolación</i> <i>C</i>			

⁴⁵ CABARRÚS, Carlos Rafael, *Danza de los íntimos sueños: siendo persona en plenitud*, 4ta. Edición, Colección Caminos, Editorial Desclée de Brouwer, S.A.2006. p. 67.

3. Petición: _____

4. Fruto: Lo que se me dio en forma **evidente**, ¿es lo que estaba pidiendo? _____

5. Moción más importante de la oración...

Experiencia	Ocasión	Vinculación Psicológica	Derrotero	Reacción	Cotejamiento
<i>¿Qué me pasa, qué experimento?</i>	<i>¿Cuándo, en qué circunstancia?</i>	<i>¿De dónde me viene?</i>	<i>¿A dónde me lleva?</i>	<i>¿Cómo respondo (alianza o rechazo)?</i>	<i>¿Con quién comparto?</i>

6. Treta más importante de la oración...

Experiencia	Ocasión	Vinculación Psicológica	Derrotero	Reacción	Cotejamiento
<i>¿Qué me pasa, qué experimento?</i>	<i>¿Cuándo, en qué circunstancia?</i>	<i>¿De dónde me viene?</i>	<i>¿A dónde me lleva?</i>	<i>¿Cómo respondo (alianza o rechazo)?</i>	<i>¿Con quién comparto?</i>

7. Discernimiento en caliente (en el momento).

8. Mensaje de la oración, novedad.

9. La tarea que brota de la oración.

10. Acción de gracias.

TALLER 12: Métodos de oración

Objetivo: Conocer diferentes métodos de orar, a través del ejercicio cotidiano para indagar lo que el Señor quiere para cada persona.

Justificación: Este ejercicio proporciona a la joven herramientas que le ayuden al encuentro con el Señor, a través de la metodología de oración, y para ello se revisara los documentos de San Ignacio de Loyola sobre una oración más profunda.

No se trata de hacer oración por mero gusto espiritual, sino para descubrir la voluntad divina, para buscar lo que el Señor sueña para cada persona. Para ello no hay que usar todas las potencias, sino más bien saber el modo de orar con todas ellas cuando sea necesario.

Este material, acorde a la espiritualidad ignaciana, se encuentra en los Anexos.

3.3.4 TALLERES PARA APRENDER A “SABER DISCERNIR”

TALLER 13: El Discernimiento

Objetivo: Proporcionar una herramienta que le permita ejercitarse en el camino del discernimiento, a través de una confrontación personal que la lleven a entender lo que Dios quiere de ella.

Justificación: Discernir es descubrir la acción del Espíritu que impulsa a realizar algo. Para ello es necesario hacer un discernimiento de lo que se mueve en la interioridad de la joven. Lo que ella vaya descubriendo la llevará a tomar una opción fundamental. Para discernir, en el plano humano, es necesario tener buen conocimiento personal, para ello la joven ha caminado en el autoconocimiento, poniendo atención lo que se movía dentro de ella y en su modo de actuar. Si al trabajar con sinceridad y constancia el autoconocimiento se logra mover todas fuerzas internas, tanto positivas como negativas, para que ella crezca en libertad y asuma un compromiso de vida.

Discernir no es fácil; implica muchos requisitos, pero sí se coloca en una línea de crecimiento continuo, hace que se tengan en cuenta el deseo de Dios, que siempre tiene un reflejo de la disciplina ignaciana que ver con el bien personal y la construcción del Reino, para mayor gloria de Dios.

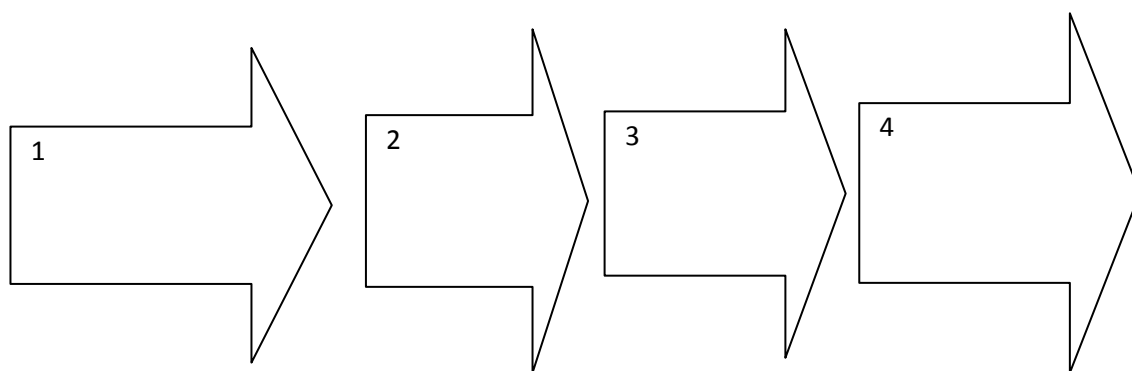
Proceso: Discernir es un proceso, un arte, una actitud vital y una Gracia, implica una metodología que ayuda a disponerse a reconocer a Dios, técnica que entrena a la persona para que el discernimiento se vuelva un hábito que nos lleva a que nuestros gustos se empalmen con los deseos de Dios. Para este taller es importante ejercitarse en el examen cotidiano como un medio bastante eficaz para lograr el discernimiento.

En este taller la acompañante debe trabajar con lecturas y diálogos sobre los siguientes temas importantes en el discernimiento.

- ***Supuesto básico:*** tener capacidad humana de querer hacerlo
- ***Un punto de partida imprescindible:*** estar tras la búsqueda del Dios que se reveló a Jesús,
- ***Una convicción necesaria:*** saber que los deseos auténticos convergen con los deseos de Dios.
- ***Una realidad innegable:*** el mal existe, seduce y, a veces, se impone.

Para finalizar este taller la joven debe realizar el siguiente esquema, en cada flecha de escribir una síntesis de los temas estudiados de manera secuencial y ordenada.

PASOS PARA EL DISCERNIMIENTO



EL EXAMEN DIARIO, EJERCICIO DE DISCERNIMIENTO⁴⁶

Con lo visto hasta ahora, es posible concluir que discernir no es fácil; implica muchos requisitos, pero sí se coloca en una línea de crecimiento continuo, hace que se tengan en cuenta el deseo de Dios, que siempre tiene que ver con el bien personal y la construcción del Reino.

Aunque discernir es un proceso, un arte, una actitud vital y una Gracia, implica una metodología que ayuda a disponerse a reconocer a Dios, técnica que entrena a la persona para que el discernimiento se vuelva un hábito que nos lleva a que nuestros gustos se empalmen con los deseos de Dios. Para esta metodología, el examen cotidiano es un medio bastante eficaz para lograr el discernimiento.

Ofrecemos un esquema de 7 pasos de lo que es el examen cotidiano de discernimiento.

1. Ponerse en la presencia del Señor. Ayuda cualquier tipo de respiración y relajamiento. Pido al Señor que me ayude a desentrañar el día, que me dé su luz para comprender su revelación este día. Es importante pedir la Gracia de ver nuestra vida su querer y no nuestra compulsión, voluntarismo o percepción moralista de lo *bueno y lo malo*.

2. Recoger las vivencias internas del día. Se toma tiempo para revivir las vivencias interiores, no fijándose sólo en lo que pasó externamente, sino en las sensaciones que me habitaron durante el día.

3. Escoger algo que me parezca una moción. Se toma algo del día que suene “a Dios”, que haya dado cierta tranquilidad, que se reconozca como invitación a la vida, y se analiza haciendo pasar esa experiencia por los seis elementos constitutivos de un

⁴⁶ CABARRÚS, Carlos Rafael, *Danza de los íntimos sueños: siendo persona en plenitud*, 4ta. Edición, Colección Caminos, Editorial Desclee de Brouwer, S.A.2006. p. 69.

discernimiento: lo que me pasa, establecer la circunstancia, hacer relación con la propia psicología, ponderar el derrotero, ver la reacción que se tuvo ante ella.

4. Hacer lo mismo que lo anterior con respecto a algo que suene a trampa del espíritu del mal.

5. Analizar el momento presente con los mismos elementos. Es lo que denominamos *discernimiento en caliente*. Ver lo que pasa al momento que se hace el examen permite hacerse consciente de la acción de Dios en diversos tiempos, y facilita desentrañar las tretas para descubrir, en las mismas circunstancias, invitaciones de Dios que no habían sido percibidas.

6. Ver qué es lo que ha significado este día. Es el momento propio para disponerse a irse volviendo una persona integrada, puesto que el camino de Dios siempre tiene que ver con la sanación de heridas y la planificación de las potencialidades, de tal manera que cada día se vaya siendo más un instrumento al servicio del Reino. *¿Cuál es el mensaje que Dios me quiere dar? ¿Qué paso me invita el Señor a dar? ¿Por dónde se me abre camino al futuro? ¿Qué cosas se me impone realizar, emanadas de la fuerza con que Dios expresa su deseo?*

7. Terminar con una oración de acción de gracias y de petición de ayuda. Es el momento de decirle a Dios que el hondo deseo personal es dejarse conducir por Él; es también el momento en el que puede descubrirse dónde debe ir la oración personal, dónde hay que seguir pidiendo al Señor.

Al finalizar el examen es conveniente colocarle un nombre al día, que de alguna manera le dé identidad. Este nombre es significativo en tiempo de Ejercicios Espirituales. A continuación se sugiere un esquema que puede ser útil para sistematizar el examen del día.

ESQUEMA DEL EXAMEN DEL DÍA

Fecha: ____ / ____ / ____

1. Nombre del día:

2. Revisión del día por dentro: (yuxtaponiendo las experiencias internas).

Estado espiritual que prevaleció: _____

Descripción:

3. Mociones principales del día...

Experiencia ¿Qué me pasa, qué experimento?	Ocasión ¿Cuándo, en qué circunstancia?	Vinculación psicológica ¿De dónde me viene?	Derrotero ¿A dónde me lleva?	Reacción ¿Cómo respondo (alianza o rechazo)?	Cotejamiento ¿Con quién comparto?

4. Tretas principales del día...

Experiencia ¿Qué me pasa, qué experimento?	Ocasión ¿Cuándo, en qué circunstancia?	Vinculación psicológica ¿De dónde me viene?	Derrotero ¿A dónde me lleva?	Reacción ¿Cómo respondo (alianza o rechazo)?	Cotejamiento ¿Con quién comparto?

5. Discernimiento en caliente (en el momento).

6. Mensaje del día.

7. La tarea que brota del sentido del día (sirve para preparar la oración del otro día).

8. Acción de gracias.

Hemos presentado hasta aquí en forma sucinta lo fundamental para vivir el discernimiento como una vía de acceso a la experiencia de Dios. Dejamos claro que hay un **supuesto básico**: tener capacidad humana para hacerlo, un **punto de partida imprescindible**: estar tras la búsqueda del Dios que reveló Jesús, una **convicción necesaria**: saber que los deseos auténticos (los que brotan del propio manantial) y los deseos de Dios convergen y una **realidad innegable**: el mal existe, seduce y, a veces, se impone.

3.3.5 LOS EFECTOS DE LOS ESPÍRITUS: TERCERA REGLA DE DISCERNIMIENTO

La **CONSOLACIÓN** puede tener los siguientes matices:

- Nuestra fe se fertiliza y aumenta, lo mismo que la esperanza y el amor.
- Los temores y las dudas se disipan.
- Sintiendo alegría, paz, tranquilidad, profunda y, a veces, inexplicables.
- Sintiendo claridad y firmeza para lo que tengamos que comprender.
- Sintiendo fuerzas y deseos de superar las actitudes de pecado.
- Sintiendo luz intelectual que hace entender de manera siempre nueva lo que es amor a
Dios, servir a los demás o comprender profundamente las verdades de la fe.
- Sintiendo deseos de comunicar a alguien, la experiencia positiva que se vive.
- Sintiendo impulso de ayudar a los hermanos necesitados: los pobres y marginados.
- Sintiendo tristeza por la vida floja de vicio y pecado.
- Algunos santos lloraron, sea por el amor que experimentaban o por el dolor del pecado.
- Sintiendo felicidad en el diálogo con el Señor (oración). A veces este diálogo se llena de la experiencia profunda de que Dios me escucha e incluso de que me habla.
- Sobre todo sentimos la cercanía de Dios.
- La vida y trabajo grupal se hace llevadero, reina la paz, armonía y deseo de mejora
- Otros matices que la persona debe detectar y expresar.

CUARTA REGLA DE DISCERNIMIENTO: LA DESOLACIÓN

La desolación puede tener los siguientes matices:

- Sentimiento de oscuridad que lleva a la duda y a la falta de fe.
- Nos llenamos de miedo sin ningún fundamento.
- Caemos en estados de depresión, sin saber por qué, a veces sabiéndolo o suponiéndolo.
- Sintiendo nostalgia, soledad tristeza, ante la imposibilidad de un camino de vida.
- Sintiendo inseguridad ante decisiones que tenemos que tomar o de estar en lo correcto.

Sintiendo pérdida de confianza en el grupo o comunidad a la que pertenecemos.

- No aceptamos a las personas como son.
- Sintiendo abatimiento, mal humor, disgusto de todo.
- Sintiendo la vida en soledad, aislados de los demás, encerrados en nosotras mismas.
- También vivir despreocupadas de los otros, sin importar los problemas de justicia o de explotación que viven los pobres.
- Sintiendo satisfacción y alegría por la vida floja de vicio y pecado que llevamos.
- Sintiendo que nos invade la pereza frente al trabajo, estudio y apostolado.
- Sintiendo aburrimiento y desánimo de seguir la oración, o falta de confianza en las oraciones de petición.
- No sentimos gusto por las cosas de Dios.
- Sintiendo frialdad ante todo lo que se refiere a Cristo. Verlo como algo alejado que no afecta para nada mi vida, y a veces fastidia.

- En determinado momento esto puede convertirse en “náusea” por las cosas espirituales, de la vida y aun del mismo Dios.
- Llegamos a sentir a Dios muy lejos de nuestra vida.
- Se da una pérdida de confianza y esperanza: los obstáculos se juntan y no hay salida.
- La vida se llena de tedio, hartura y pesimismo. Si la desolación es grupal, se detecta frialdad, tanto en la relación interpersonal como en el trabajo.

LAS REGLAS BÁSICAS DEL DISCERNIMIENTO

Todo discernimiento se sintetiza en dar razón a una doble pregunta: ¿qué experimento? y ¿A dónde me lleva? El discernimiento consiste en conservar la consolación, darle seguimiento a las mociones (invitaciones) del buen espíritu que me muestra de distintas maneras cómo enfrentar las tretas (engaños) del mal espíritu que pretende paralizar mi compromiso con el Reino de Dios.

Ante la consolación del Señor, nos toca agradecer y pedir que interiorice en nosotros el impulso que ello conlleva. Durante la consolación debemos renovar el deseo fundamental y recordar el amor primero, tomando fuerzas para hacer frente a una próxima desolación.

La desolación puede ser una prueba de Dios o puede provenir del mal Espíritu. Cuando hemos puesto todo lo que está de nuestra parte para vivir la consolación y sin embargo sentimos sequedad y vamos perdiendo sentido en la vida, podemos decir que es una *prueba de Dios*. La desolación, como prueba, puede darse por tres causas: por negligencia o tibieza en la vida del espíritu (oración, examen, discernimiento); para que sepamos cuánto somos sin el consuelo espiritual (seguir un compromiso incluso en la sequedad) o para que comprendamos que la consolación es una Gracia de Dios entrega cuando así le parece.

Sin embargo, cuando la desolación proviene del mal espíritu necesitamos seguir unas recomendaciones: no hacer mudanza de los propósitos anteriores, hacer todo lo contrario a las invitaciones del mal espíritu, platicarlo todo con algún amigo que pueda ayudarnos y no enredarnos más, tener paciencia y confianza que el Señor tiene la última palabra y revisar qué mecanismos personales están facilitando la desolación. Un reflejo de la disciplina ignaciana es tener una libreta especial donde se escribe el examen de la oración, el examen de conciencia y el discernimiento mensual.

TALLER 14: Llamada y Respuesta

Objetivo: Comprender la llamada de Dios a través de interpelaciones, signos, inquietudes, deseos entre otros, para concienciar que el proyecto vocacional es una opción por un estilo de vida y un compromiso personal.

Justificación: El discernimiento y la vocación son dos dimensiones irrenunciables de la vida humana; el ser humano tiene vocación, está llamado a crecer y construirse como persona, llamado a la relación con otras personas con las que construye el mundo. Desde la fe, creemos que el ser humano es imagen de Dios y tiene en lo profundo una vocación al amor, a compartir la vida divina, a realizarse como persona. Todo ser humano es vocación y de cada persona depende su respuesta.

Proceso:

En primer momento realizar la lectura sobre texto de Jeremías 1,5-10

- Reflexiona a la luz de la lectura: ¿Qué aspectos de mi llamada-respuesta se iluminan, fortalecen o cuestionan este texto?

En segundo momento analiza la llamada a través de tres actitudes básicas, contesta las preguntas planteadas en cada actitud:

Escucha: ¿En qué noto que estoy a la escucha? ¿Qué he escuchado?

Búsqueda: ¿Qué acciones revelan en mí una búsqueda activa? ¿Qué he sentido a lo largo de mi proceso?

Disponibilidad: ¿Qué cambios se han dado en mí a partir de mi escucha y búsqueda? ¿Qué pasos estoy dispuestos a dar? ¿Soy capaz de descubrir mi vida como historia de salvación?

En tercer momento: Señala los elementos positivos y negativos frente a las actitudes básicas de tu respuesta vocacional:

- **Generosidad:** ¿En qué te descubres que eres generosa y en qué no?
- **Fidelidad:** ¿En qué has hecho camino de fidelidad y en qué no?

Para finalizar este taller contesta las siguientes preguntas, pensando en el compromiso futuro.

1. *¿Cómo puedes crecer en sensibilidad para escuchar-ver-comprender la llamada de Dios? ¿Qué actividades pueden favorecer esto?*
2. *¿Cómo puedes crecer en disponibilidad y fortaleza para responder al Señor en aquello que te pide?*
3. *¿Qué actividades pueden favorecerte?*
4. *¿Qué crees que le puedes decir al Señor ahora?*
5. *¿Qué sentimientos brotan en mi corazón?*

3.3.6 TALLER PARA CONOCER EL CARISMA DE LAS ESCLAVAS DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS

TALLER 15: CARISMA ACI

Objetivo: Dar a conocer a la joven el Carisma de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús a través de un cuestionario, presentaciones en diapositivas u otro material para que ella tenga la oportunidad de conocer al Instituto más de cerca y así también pueda ir viendo en su propia vida cómo el Señor la va reparando a lo largo de su proceso de crecimiento personal.

Justificación: Dentro de este proceso de crecimiento personal y de discernimiento es importante que la persona conozca el Carisma del Instituto y si la persona se siente atraída por el Carisma de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús, es importante que vaya conociendo progresivamente a Santa Rafaela María, a través de sus biografías, escritos, etc.

Proceso: Que conozca, desde su propia experiencia el estilo de vida y misión de las Esclavas a través de las obras de las mismas, esto será que la joven tenga la oportunidad de acercarse a una de las casas y de esta manera pueda hacer una experiencia más vivencial de cómo es una Esclava. Que experimente la apertura y cercanía de la comunidad de Esclavas, su manera de relacionarse, orar, vivir a la misión.

Que la persona que acompaña, en su modo de relacionarse con la joven sepa transmitir y contagiar la vivencia gozosa de su vocación de Esclava. De la misma manera como lo hizo María, la primera Esclava, ella es modelo de respuesta. Su proceso de discernimiento comienza y termina en el mismo instante en que se deja inundar por la Gracia y dice SÍ.

En un primer momento la acompañante debe dialogar sobre las siguientes interrogantes:

- ¿Qué es reparar? ¿Qué se repara? ¿Qué es necesario para reparar ese algo? ¿Has visto como alguien ha reparado algo? Describe el cómo lo hizo...
- ¿Tú has reparado algo? ¿Por qué? ¿Qué hubiera ocurrido si no lo hacías?
- ¿Te es fácil perdonar a alguien? ¿Has sentido perdonada? ¿Por quién? ¿Qué significó el que te perdonaran?
- ¿Has perdonado? Cuenta como fue
- Si no has perdonado todavía a alguien ¿Por qué? ¿Qué pasó? ¿Qué sentimientos vuelven a ti al recordar ese episodio de tu vida? ¿Qué puedes perder al perdonar?
- ¿Qué significa para ti perdonar?
- ¿Ves alguna relación entre reparar y perdonar?
- ¿Por qué crees que Cristo murió? ¿Crees que con su muerte reparó algo? ¿En tu vida tiene sentido el que Jesús haya muerto y resucitado?

En un segundo momento todas las jóvenes que estén en este proceso hagan una presentación teatralizada del Carisma, resaltando cómo Dios nos va reparando.

Para este momento es necesario tener una imagen grande de Jesús en la cruz donde ellas sean capaces de descubrir como en el corazón abierto de Jesús todo ser humano es reparado y que las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús lo hacemos desde la Eucaristía y su prolongación y en la Educación Evangelizadora.

En un tercer momento se presentan diapositivas para informar sobre la Comunidad de las Esclavas del sagrado Corazón de Jesús, su carisma, espiritualidad y obras.

A lo largo de la formación la joven conocerá progresivamente a la fundadora, sus enseñanzas y sus obras.

Para finalizar este taller cada aspirante debe realizar un collage donde recoja todo lo aprendido y asimilado tanto de la fundadora como del Carisma y la Espiritualidad de las Esclavas. Este trabajo debe ser explicado y presentado en plenaria frente a todas las hermanas de la comunidad.

TALLER 16: Discernimiento final

Objetivo: Descubrir el **discernimiento final** a través del proceso llevado de manera secuencial para tomar la opción vital de ingresar o no a la Congregación de Esclavas del Sagrado Corazón.

Justificación: Podemos decir que toda nuestra vida es una respuesta LIBRE a Dios que invita; es una respuesta personal, es fruto de un PROCESO. Si queremos realmente tomar la vida en nuestras manos, la mejor opción saber discernir.

Proceso: En este taller presenta un esquema para que la joven pueda realizar un Proyecto de vida. Este material lo puede usar según la creatividad de la acompañante.

Momento Primero: Conteste el siguiente cuestionario y reflexione cada una de sus respuestas.

1. *¿Cuáles son los signos más claros de mi llamada?*
2. *¿Qué tan fuerte los siento?*
3. *¿Qué tan presentes los tengo o con qué frecuencia los siento?*
4. *¿Qué motivaciones me parecen las mejores o me convencen más?*
5. *¿Cuáles son más personales, más mías?*
6. *¿Cómo vivo mis motivaciones y qué incoherencias descubro en mi vida concreta?*
7. *¿Hay alguna motivación más fuerte en torno a la cual giren las demás? ¿Cuál es?*
8. *¿Qué elementos de mi persona me ayudan a vivir una experiencia de vocación?*
9. *¿Qué elementos obstaculizan mi camino de búsqueda vocacional?*
10. *¿Cómo puedo describir la experiencia de llamada a la vida religiosa?*
11. *¿Cuáles son los signos de mi llamada?*
12. *¿Cuál es mi decisión vocacional final?*

Momento segundo: Complete el siguiente esquema para el discernimiento

En la siguiente matriz, escriba el número que valore su decisión con relación a la pregunta planteada: desde 1 como el puntaje más bajo, hasta 10 del puntaje más alto.

Preguntas	Muy segura	Segura	Medianamente segura	Insegura
Disposición para consagrar a Dios mi vida				
Me siento preparada para tomar esta decisión.				
Tengo desarrolladas todas las capacidades necesarias para tomar esta decisión.				

Momento tercero: Escribir una carta de compromiso dirigida a usted misma, donde exponga las razones por las cuales siente que la Comunidad de las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús es la opción de vida futura.

Momento cuarto: Realiza el siguiente esquema sobre tu proyecto personal de vida, al finalizar observa las respuestas y confirma con los sentimientos de tu corazón y tu proyección de vida, imagina tu vida como un camino en el que hay problemas y también alegrías. Tú eres una peregrina y tienes una meta.

MI PROYECTO DE VIDA

áreas	METAS	RECURSOS				
			CÓMO	DÓNDE	CUÁNDO	CON QUIÉN
Dimensión humana.						
Dimensión religiosa.						
Dimensión vocacional.						
Dimensión comunitaria.						

El **objetivo** de esta actividad final es proporcionar una herramienta que le permita mirar el camino recorrido y así elaborar un proyecto de vida donde la joven vea nuevos rumbos que debe tomar de ahora en adelante en su vida.

3.3.7 ESQUEMAS PARA EL DISCERNIMIENTO

PRIMER ESQUEMA

Llena la siguiente matriz, calificando de 1 (poco) a 10 (muchísimo):

- ¿Cuál es mi disposición (deseo de consagrar a Dios mi vida como religiosa? ¿Por qué?
- De 1 a 10, ¿qué preparación tengo para tomar esta decisión? ¿Por qué?
- ¿Qué capacidades creo tener para tomar esta decisión? ¿Por qué?

DISPOSICIÓN (Estar dispuesto)	PREPARACIÓN (Estar preparado)	CAPACIDAD (Estar listo)

Una vez respondido el esquema de discernimiento, responde las siguientes preguntas de profundización:

- ¿Qué elementos de mi persona me ayudan a vivir una experiencia de vocación?
- ¿Qué elementos obstaculizan mi camino de búsqueda vocacional?
- ¿Cómo puedo describir la experiencia de llamada a la vida religiosa?
- ¿Cuáles son los signos de mi llamada?
- ¿Cuál es mi decisión vocacional final?

SEGUNDO ESQUEMA: Mi proyecto personal

Este material puede usarse si la acompañante ve necesario hacer un alto en el camino de la joven, para hacer unos días de Retiro. El objetivo es proporcionar una herramienta que le permita mirar el camino recorrido y así elaborar un proyecto de vida donde la joven vea nuevos rumbos que debe tomar de ahora en adelante en su vida.

Imagina tu vida como un camino en el que hay cruces. Tú eres una peregrina y tienes una meta, vas hacia un lugar. Hay caminantes perdidos, que no saben el camino a seguir, ni la meta donde quieren llegar. Más que caminar, vagan o deambulan. Llega un momento que, desorientados del todo, se pierden definitivamente.

Cuando te sientes perdida lo mejor es parar, buscar un mapa y seguirlo con fidelidad. El mapa que nos guía es lo que llamamos Proyecto; allí aparece clara la meta a la que queremos llegar, pero aparecen también los medios que vamos a utilizar para alcanzarla. No todas las metas son iguales, ni requieren el mismo esfuerzo, ni dan la misma satisfacción. Basta pensar en dos alpinistas que desean llegar a ser grandes escaladores. Uno se conforma con llegar a la cima de una montaña pequeña; otro aspira ascender a la cumbre del Chimborazo. Por supuesto, el trabajo y el riesgo que ha de emplear el primer alpinista es escaso; su meta es pequeña, al alcance de todo el mundo. Si se conforma sólo con eso, quizá nunca llegue a ser un buen alpinista. En cambio, el segundo alpinista arriesga mucho, pero sabe que la meta merece la pena el esfuerzo. Y se pone en marcha.

• RELACIÓN CONMIGO MISMA

• Mi forma de ser:

- Mi realidad...
- Me propongo...

• Mi tiempo libre, diversiones:

- Mi realidad...
- Me propongo...

- **Mi estudio:**
 - Mi realidad...
 - Me propongo...

2. RELACIÓN CON LOS DEMÁS

- **Mi familia:**
 - Mi realidad...
 - Me propongo...
- **Mis amigos:**
 - Mi realidad...
 - Me propongo...
- **Mi compromiso por otros:**
 - Mi realidad...
 - Me propongo...

3. RELACIÓN CON DIOS

- **Oración personal:**
 - Mi realidad...
 - Me propongo...
- **Eucaristía:**
 - Mi realidad...
 - Me propongo...
- **Reconciliación:**
 - Mi realidad...
 - Me propongo...

4. REVISIÓN DEL PROYECTO

- Individualmente cada...
- En la entrevista con la acompañante.

Fecha y Firma

TERCER ESQUEMA

GUIA PARA ELABORAR MI PROYECTO DE VIDA

El objetivo de este esquema será proporcionar a la joven una herramienta que le ayude a optar por un estilo de vida, a través de un momento de oración que la lleve a hacer una opción por lo que ella viene sintiendo a lo largo de su vida.

¿Germinará en mí la semilla de estos ejercicios espirituales?

- Depende de un *ambiente propicio*: amistades, diversiones, espectáculos, lecturas.
- Depende del *cultivo*: oración diaria, lectura de la Palabra de Dios, vida sacramental (Eucaristía, Reconciliación), grupo cristiano, acción apostólica, asesor espiritual.
- Así lograré que *mi vida* dé frutos de transformación y cambio personal y social. Mi vida podrá irradiar fe, esperanza y amor.

¿Cómo realizar mi proyecto de vida?

Haz una oración al Señor pidiendo que te dé luz y fuerza para realizar tu proyecto; has otra oración a la Virgen María pidiendo que interceda por ti, para que tu proyecto esté en consonancia con el de Jesús.

- Repasa tu cuaderno y analiza: Qué debo dejar porque está mal, qué debo corregir porque está deficiente, qué debo fomentar porque está bien.
- Analizo los siguientes aspectos: mi relación con Dios (oración, sacramento, testimonio, fe), mi relación con mi familia (diálogo, aceptación, colaboración, amor, cordialidad, ayuda, servicio, confianza, comunicación, dificultades), mi relación con el otro sexo (aprecio, respeto, cariño, noviazgo, amistades, confianza, comunicación), relación con mis estudios (consagración, responsabilidad, esfuerzo, dedicación, logros y éxitos, aprendizaje, dificultades,

esfuerzos y fracasos), relación con mi vida social (descanso, diversiones, control personal, compañerismo, amistades, uso del tiempo libre, recreación confianza), mi compromiso con los pobres (los conozco, siento su realidad, me intereso por ellos, pertenezco a un grupo de acción comunitaria) y mi relación conmigo mismo (salud, orden, disciplina, organización del tiempo, autocontrol, responsabilidad, conocimiento personal, vicios, seguridad).

- ¿Cómo está mi preparación para servir a los demás? ¿Tomo mi vida como opción vocacional cristiana? ¿Siento confusión, temores, esperanzas? ¿Qué estilo de vida busco en mi preparación profesional? ¿Con qué asesoría cuento?

Después de realizar este diagnóstico global, escribo mis propósitos, que deben ser radicales, concretos, pocos:

- ¿Qué debo empezar a hacer ya?... ¿Con qué medios cuento para realizarlo?
- ¿Qué debo dejar de hacer?... ¿Con qué medios cuento para realizarlo?
- ¿Qué quisiera que se dijera de mí dentro de 50 años?
- ¿Qué frases o citas de la Biblia animan mi proyecto de vida?

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES FINALES

1. Conclusiones

- a. El acompañamiento Espiritual para las jóvenes inquietas por la vida religiosa es un proceso que requiere de ayuda y formación religiosa, con el objetivo que ellas alcancen el discernimiento de una verdadera y comprometida vocación religiosa, consecuentemente, que acojan a Dios en el corazón y lo conviertan en la razón de una nueva historia de vida.
- b. La acompañante espiritual es quien a través de su experiencia espiritual, pastoral y sus conocimientos bíblicos, posee la capacidad de guiar y acompañar a las aspirantes a la vida religiosa, para que tome sus decisiones con absoluta libertad. En la Comunidad de las Esclavas del Corazón de Jesús se hace necesario contar con un Manual de Acompañamiento que permita la sistematización del proceso de acompañamiento.
- c. En conclusión, sugiero que es necesario incorporar propuestas didácticas en el proceso de formación espiritual, apropiada a las necesidades de puntualizar las competencias que se requieren dentro de la formación religiosa. Se busca implementar un proceso didáctico que de sentido y significado al proceso de formación espiritual.
- d. Las competencias, destrezas y habilidades que se pretenden desarrollar en las jóvenes inquietas por la vida religiosa, debe responder a un compromiso social y de labor pastoral.

2. Recomendaciones

- a. Al iniciar el proceso de acompañamiento y formación religiosa, es necesario que la acompañante en el proceso desarrolle actitudes de escucha activa, empatía, mentalidad abierta que le permita a la joven conocer su verdadera vocación y para esto debe contar con un instrumento didáctico que le oriente en el trabajo de acompañamiento.
- b. La Comunidad Religiosa de las Esclavas el Sagrado Corazón de Jesús, debe tener un Manual de Acompañamiento para el proceso de formación de las jóvenes que quieran ingresar a esta comunidad, con el objetivo de guiarles en el Carisma, Espiritualidad, conocimientos bíblicos y trabajo pastoral, esto permitirá la sistematización del proceso de acompañamiento.
- c. En el presente Manual se ha incorporado propuestas didácticas a través de diferentes talleres organizados de manera sistemática. En cada uno de los talleres se pretende alcanzar una formación espiritual en la cual se manejen competencias, destrezas y habilidades necesarias para la vida religiosa, consecuentemente recomendamos utilizar este manual como guía en el proceso metodológico de acompañamiento espiritual.
- d. Recomendamos que las competencias, destrezas y habilidades que se formen en las jóvenes inquietas por la vida religiosa, debe responder siempre a un compromiso social y de labor pastoral.

ANEXO1

DATOS PERSONALES

Nombre y Apellidos _____

Fecha y lugar de nacimiento _____

Edad ____ ¿Estás estudiando? ____ ¿En qué nivel de estudios te encuentras? ____

¿Dónde estudias? _____

Dirección _____

Correo electrónico _____

Ciudad _____ Teléfono _____

Nombre del Padre _____

Edad de tu padre ____ Profesión de tu padre _____

Nombre de la Madre _____

Edad de tu madre ____ Profesión de tu madre _____

¿Tus padres están vivos? _____ ¿Vives con ellos? _____

¿Cuántos hermanos y hermanas tienes? _____

¿Qué lugar ocupas entre ellos? _____

ANEXO 2

MÉTODOS IGNACIANOS DE ORACIÓN

PREPARACIÓN DE LA ORACIÓN: Los “puntos” o materia.

- Hay quiénes simplemente confían en el libro de meditación que emplean.
- Otros adaptan a sí mismos la materia del libro.
- Hay quienes inventan la materia de su oración mental. Por ejemplo un hecho de vida, un acontecimiento, un “signo de los tiempos”
- Otros, en fin extraen de las lecturas del misal o de la Biblia la materia de su oración.

Nos vamos a detener en esta última manera. Sugerencias para preparar una contemplación.

- Leer atentamente la escena bíblica que se va a contemplar, por ejemplo la pecadora en casa de Simón (Lc 7,36-50)

PRIMER CASO: Se puede prever una frase (“Muestra mucho amor porque mucho se le ha perdonado”).

SEGUNDO CASO: Una sola frase no me basta, pero mi preparación se limita a la lectura del Evangelio. Si la página del Evangelio es suficiente, puedo hacer lo siguiente:

- Dividir la escena en dos partes, por ejemplo: la actitud de Jesús ante el fariseo Simón; la actitud de Jesús ante la pecadora o el perdón...
- O bien puedo dividir la escena de la siguiente manera:

- * Personas (VER)
- * Palabras (OIR)
- * Acciones (MIRAR),

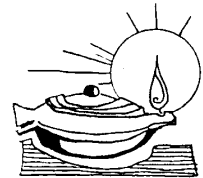
Y precisar lo que San Ignacio llamaba “preámbulos” de la oración y que son dos, principalmente.

- Las líneas generales de la escena (composición del lugar)
- El fruto que espero alcanzar y que expresaré en una petición, por ejemplo conocimiento interno de Jesucristo para amarlo y seguirlo.

Esta preparación de la oración se puede hacer mentalmente, en la noche. Pero no estará de más, sobre todo en los comienzos, hacer un esbozo del plan (resumen de los puntos). Toda esta preparación se ha de hacer con un mínimo de recogimiento. San Ignacio recomienda que al acostarse y al levantarse se traiga al espíritu los pensamientos y afectos que he preparado para mi oración.

II. EL COMIENZO DE LA ORACIÓN: Los minutos iniciales:

- Calmarme
- En presencia de Dios
- ... En espera de algo



CALMARME: Generalmente todos vivimos bajo presión, congestionados o tensos, siempre de prisa. Empezaré pues, calmándome físicamente, serenándome, relajando los músculos. Esto lo puedo lograr, por ejemplo, sometiendo la respiración a un ritmo lento. Hágalo sentada tranquilamente, deje pasar unos momentos de espera, con los ojos cerrados (es preferible). Inspire lentamente, hasta los límites que le resulten cómodos. Concéntrese en el vaivén respiratorio; déjese llevar. Al principio requiere cierto esfuerzo, pero más tarde se hace “sin pensar”. Y relájese, no tenga ningún músculo ni nervio de tensión; ponga las manos sobre las rodillas y el tronco recto. Esto lleva unos pocos minutos, no se apresure.

Trate de descongestionarse espiritualmente. Debe dejar de lados sus preocupaciones, no para desconectarse o aislarse de la vida o de la historia, sino para situarse ante ella en otra dimensión de profundidad, que es la propia de la oración. Esta “profundidad” requiere silencio interior.

Intente hacer esto mientras se va calmando su ritmo respiratorio, repetirá una y otra vez, varias veces, muchas veces, una frase evangélica breve que le guste,

especialmente, o una simple palabra (Por Ejemplo: “Yo os he llamado amigos”, “Padre Nuestro”, “Bendito seas, Dios, Padre de Nuestro Señor Jesucristo”, etc.). Deje que el significado de la palabra cale hondamente en su interior. Se está poniendo usted en la presencia de Dios.

Si una preocupación sigue fija en su mente, diga simplemente: “De esto ya me encargaré a tal hora”, “De eso ya hay quien se encargue”, “¿Es sumamente importante?..”, “La escribiré en un papel para ocuparme de ella luego”, etc.

Despacio, sin prisa, deje que su cuerpo se vaya relajando y su mente serenándose poco a poco. Si su viva lo distrae, la fijará en un punto (que puede ser una imagen o una vela encendida) o seguirá con los ojos cerrados.

Estos minutos de tranquilidad son necesarios. No pierde el tiempo. Va sintiendo que todo su cuerpo se apacigua, no hay músculos ni nervios en tensión. Sus sentidos reciben impresiones del exterior, pero no promueven ideas sobre lo que reciben. No “pelee” con los ruidos que llegan a usted.: los oye simplemente, sin intentar clasificarlos o identificarlos. Los objetos que le rodean están simplemente, reflejan la luz, pero no se detiene a observarlos. Hay “imágenes” que se entrecruzan en su imaginación... así como vienen, se irán; no luche contra ellas, simplemente deje que se vayan y siga pensando en su frase...

CALMADA EN PRESENCIA DE DIOS: La señal de la cruz, hecha lentamente, repitiendo internamente las palabras: “Padre, Hijo, Espíritu Santo”, me hacen entrar en la presencia de Dios Trinidad que está aquí, de veras presente y me mira, me acoge ante Él, me escucha. “En El vivimos, no movemos y existimos” (Hch 17).



Caigo en la cuenta delante de quien estoy... Del Hijo, que me lleva al Padre, por el Espíritu Santo... Alguien que está realmente aquí y me escucha... Y yo ante Él, como hijo ante su Padre, como amigo con su amigo, como discípulo ante su Maestro. “Como están los ojos de los esclavos fijos en las manos de sus señores, así nuestros ojos en el Señor” (Sal 12).

CALMADA EN ESPERA DE ALGO: Porque Dios ha hablado y ha insinuado que se espere de algo. “Yo la conduciré al desierto y allí le hablaré al corazón” (Os 2,16); “Zaqueo bájate de allí, es necesario que me aloje en tu casa” (Lc 19,5); “Simón, tengo algo que decirte” (Lc 7,40); “Si alguno me ama, yo le amaré y me manifestaré a él” (Jn 14,21); “Mira que estoy a la puerta y llamo, si alguno oye mi voz y me abre, entraré y cenaré con Él y Él conmigo” (Ap 3,20).

¿Qué cosa puedo esperar en mi oración?

PRIMERO, un contacto consciente, vivo con la persona del Señor, que me hace decir: “habla, Señor, que tu siervo escucha”... “Que tu voz resuene en mis oídos”... “Muéstrame tu rostro”... “Enséñame tus caminos”... “Santificado sea tu nombre, venga tu Reino”... “Ven, Señor Jesús”

Y con esto, una atención más grande a su voluntad; un moverse a hacer su voluntad, poniendo el todo de mi existencia, personal y social (mi pensamiento y acciones, los acontecimientos y realidades que me rodean, mis actitudes y proyectos), a la luz de su Palabra, para ser interpelado por ella y ver lo que Él quiere...

A más de esto, hay una espera confiada. Sin querer apresurarme, ni inquietarme. Sin hablar mucho; escuchando más bien, sintiendo y gustando internamente. Porque “No el mucho saber harta y satisface el alma, más que el sentir y gustar las cosas internamente” (EE 2). Reconociendo que “no sabemos orar como conviene” (Rom 8,26) y por eso el Espíritu, que está en mí y todo lo abarca, “Intercede a nuestro favor con gemidos innegables”, “viene a socorrer nuestra debilidad” y “nos hace aclamar: ¡Abba! ¡Padre!”.

III. EL DESARROLLO DE LA ORACIÓN

Según sea el tema sobre el cual voy a orar, San Ignacio recomienda diversos métodos. Vamos a ver aquí los siguientes:

- La contemplación evangélica
- La aplicación de los sentidos
- La meditación o método de las tres potencias.

- La oración de las listas o primer modo de orar de San Ignacio.
- La oración por compas o tercer modo de orar Ignaciano.

Todo lo que hemos dicho hasta aquí ha sido preparación y comienzo de la oración (los primeros minutos, las disposiciones para “entrar” bien). A continuación podré orar sobre los “puntos” que tengo preparados, aplicando uno de los métodos que vamos a explicar.

LA CONTEMPLACIÓN EVANGÉLICA: Si es un pasaje evangélico el que tengo seleccionado para mi oración, podré aplicar este método, que consiste en lo siguiente.

- VER o considerar las personas que aparecen en el pasaje.
- ESCUCHAR las palabras dichas o supuestas (lo que dicen o pueden decir las personas del pasaje)
- MIRAR o contemplar las acciones que se describen (lo que hacen las personas que intervienen).



Condiciones para esto: yo contemplo, es decir, como si yo estuviera presente, con recogimiento, sin apresurarme. Esta manera de contemplar las escenas del Evangelio pone en juego la fe, la inteligencia, la imaginación, el afecto, todo mi ser. Apliquemos esto, a modo de ejemplo, a la escena de la tempestad (Mt 8,23):

Las personas: ver a los apóstoles llenos de miedo en la barca que parece hundirse, mientras Jesús duerme “en la popa”, al parecer indiferente...

Las palabras: oír el diálogo como si yo mismo dirigiera al Señor las palabras que los Apóstolos le dirigen, o viniera dirigidas a mí las palabras de Jesús: ¡Señor ayúdanos!... ¿Por qué tienen miedo?... Quedarme oyendo o repitiendo una y otra vez las palabras, haciéndolas mías, poniéndolas en nuestra situación...

Las acciones: contemplar a Jesús que se levanta, y de pie ordena al mar... “Y hubo calma”.

Estas acciones, Jesús las sigue realizando hoy...



Y así sucesivamente, una vez y otra vez, mezclando o combinando el oír con el ver, sin apresurarme, sin querer agotar todo el tema o tener ansia por pasar adelante... al final de todo, haré un coloquio, una conversación directa con Cristo, para pedirle, darle gracias, contarle mis cosas... Y, antes de levantarme, diré un Padre Nuestro u otra oración vocal que me dé devoción.

Después de cierto tiempo de experiencias con este método, se encontrará algún interés en las indicaciones siguientes:

- Centrar el interés en la persona de Jesucristo...
- En las actitudes que manifiesta, a través de las cuales se nos muestra el camino para su seguimiento hoy;
- En las intenciones que tiene para con los hombres, en especial los pobres y pecadores, que son intenciones de amor, solidaridad, voluntad salvadora.
- En el mensaje siempre vivo que nos dirige.
- Verlo como Cristo, Hijo del Dios vivo, Verbo Encarnado, Hombre-Dios, Camino, Verdad y Vida que nos lleva al Padre, Salvador y Liberador
- Pasar conscientemente del Jesús histórico al CRISTO ACTUAL, viviente, que sigue hoy realizando esas mismas acciones salvadoras, en nuestra historia, a través de la Iglesia, por medio del Espíritu Santo. Resucitado, vive entre nosotros.

LA APLICACIÓN DE LOS SENTIDOS: El ejercicio así llamado es una simplificación del método anterior. San Ignacio hace pasar de los “sentidos externos” a los sentidos de la imaginación (“ver con la vista imaginativa”) y, de estos, a los “sentidos internos”, de los que brota el “sentir internamente” la realidad viviente del Señor, “así nuevamente encarnado” (Cf. EE 47, 112, 109, etc.).

Con esa misma disposición de espíritu recogido, que se recomienda para la contemplación evangélica, el método de aplicación de sentidos consiste en lo siguiente:

- Mirar despacio a las personas “con la vista imaginativa, meditando y contemplando en particular las circunstancias, y sacando algún provecho de la vista”

Por ejemplo: Ver al niño Jesús en el pesebre y a María atendiéndolo a su lado...

- Escuchar “lo que hablan o pueden hablar, reflexionando sobre ello”. Por ejemplo: escuchar a los pastores que relatan a María y a José “lo que les habían dicho acerca del niño”, o escuchar también al llamado misterioso de Cristo pobre, que nos invita a la pobreza evangélica...
- Respirar y oler espiritualmente “La infinita suavidad y dulzura de la divinidad”, o de las virtudes, Por ejemplo: de María....
- Gustar la actitud, el ademán, la palabra, el silencio...
- Tocar “así como abrazar y besar” con respeto y reverencia lo que el corazón nos diga...

Es evidente que no se ve a Dios, espíritu puro, con la imaginación, ni con la sensibilidad, pero para completar un acto humano vamos con todo nuestro ser. Se trata, por tanto, de hacernos presentes ante el misterio con todo nuestro ser. La liturgia cristiana está llena de esta clase de símbolos, gestos, actitudes, palabras, que sirven de mediación “visible para la captación y vivencia de lo invisible”.



ANEXO 3

Fichas e informes

Ficha resumen de cada entrevista

Para la Acompañante: Es preciso que al final de cada entrevista la acompañante lleve un registro aparte donde conste el avance del proceso de la acompañada. Esta ficha servirá para quien acompaña como ayuda memoria y sobre todo si las acompañadas son más de una, también servirá para sintetizar un informe final de conjunto.

Se recomienda que la acompañante cuente con un cuaderno o libreta donde vaya anotando el proceso de cada una de las acompañadas y no mezclarlas.

Fecha de la entrevista:

Temas que tratamos en la entrevista:

- Alguna dificultad por la que esté atravesando
- Cosas nuevas que va encontrando en su proceso
- Cómo está viviendo la relación con su familia, amigos, estudios, trabajo, labor social, etc.
- ¿Por dónde la está llevando Dios? Revisar las oraciones y el examen diario

Percepción que tengo de la joven.

Además de los talleres que otros materiales está trabajando y qué lecturas se encuentra realizando.

Informe de la aspirante.

Cuando una persona concluye el proceso de acompañamiento espiritual y vocacional es muy importante presentar un informe de lo que ha sido el proceso de dicha joven y más aún si ésta persona a pedido ser admitida en la comunidad de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús. Para ello recomiendo la siguiente guía que ayudar a dar un informe sobre distintos aspectos de la candidata. Si lo prefiere, puede prescindir de las preguntas y dar una impresión más de conjunto sobre cada aspecto.

Sugiero señalar cómo ha sido el avance de la preparación de la joven para el ingreso al Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús.

1. Base humana: ¿Ha profundizado en el autoconocimiento, que le ha permitido trabajar en: autoestima, relaciones, afectividad? ¿Sabe darle nombre a los sentimientos? ¿Acepta las limitaciones y capacidades propias y las de las otras personas? ¿Crees que tiene una decisión reflexionada y madura cuando pide ser admitida al Instituto de Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús? ¿Cuáles son sus mejores cualidades y los principales defectos que observas en la joven?

Personalidad y carácter: ¿Qué es lo que más sobresale, positiva o negativamente, en su personalidad? ¿Es capaz de un cierto equilibrio emocional? ¿Tiene una personalidad conflictiva o difícil para la vida en comunidad? ¿Se ve que es una persona responsable?

Madurez afectiva: ¿Tiene estabilidad emocional? ¿Exige ser centro de atención y frecuentes muestras de cariño? ¿Cómo es su relación con las muchachas? ¿Cómo reacciona frente a la soledad y las tensiones? ¿Es capaz de vivir con paz el celibato? ¿Descubres en él expresiones que denotan problemas de identidad sexual? ¿Siente que tiene capacidad de entrega y servicio?

2. Base Espiritual y cristiana: ¿Es persona de oración? ¿Cómo la ves en su proceso de discernimiento? ¿Manifiesta tener vivencia personal de Jesús? ¿Qué imagen tiene de Dios? ¿Manifiesta con toda su persona que tiene fe en Dios? ¿Profundiza su experiencia cristiana? ¿Conoce a las Esclavas del Sagrado Corazón de Jesús vivencialmente? ¿Va adquiriendo mayor conciencia de la llamada de Dios? ¿Vive y gusta de los distintos momentos del año litúrgico? ¿Valora la Eucaristía? ¿Cómo vive su labor social? ¿Quiere a María y la ve como la primera Esclava?

3.- Vocacional ¿Se le ve un sincero deseo de aceptar nuestro modo de vivir? ¿le duele el sufrimiento de los demás? ¿Ve que Dios la llama a este estilo de vida?

4. Opinión personal: ¿Cuál es tu apreciación en cuanto al proceso de la joven? ¿Sugerencias en el aspirantado o Postulantado?

*Responsable de la Pastoral
Juvenil Vocacional*





TALLER: 7 Hábitos de la gente altamente efectiva

HABITO I

SER PROACTIVO

Este hábito de efectividad representa la posibilidad de asumir nuevos desafíos en un ambiente de libertad individual y responsabilidad social de la persona humana. Este es el hábito de la conciencia y conducta de responsabilidad, el que resulta determinante en cada persona para comprender sus realizaciones y frustraciones, sus retos y sus respuestas, sus ambiciones y sus logros.

**No conozco
ningún hecho más
alentador que la
incuestionable
capacidad del
hombre para
dignificar su vida
por medio del
esfuerzo
consciente.**

HENRI DAVID THOREAU

Jesús le replicó:
-Si he hablado mal,
demuéstrame en qué; pero
si he hablado bien,
¿Por me pegas?



Jn 18,23

¿Fue Jesús Proactivo?



El hábito de la proactividad nos da la libertad para poder escoger nuestra respuesta a los estímulos del medio ambiente. Nos faculta para responder (responsabilidad) de acuerdo con nuestros principios y valores. Ésta es la cualidad esencial que nos distingue de los demás miembros del reino animal. En esencia, es lo que nos hace humanos y nos permite afirmar que somos los arquitectos de nuestro propio destino.

Humanos antes que nada

Lenguaje reactivo

No puedo hacer nada.
Yo soy así.
Me vuelve loco.
No lo permitirán.
Tengo que hacer eso.
No puedo.
Debo.
Si...

Lenguaje proactivo

Examinemos nuestras alternativas.
Puedo optar por un enfoque distinto.
Controlo mis sentimientos.
Puedo elaborar una exposición efectiva.
Elegiré una respuesta adecuada.
Elijo.
Prefiero.
Pase lo que pase.

Algunos ejemplos ilustrativos sobre lo que constituye el hábito de la responsabilidad, son los siguientes:

Valore positivamente la pro actividad porque su práctica cotidiana le significará también mayor libertad personal.

Sienta, piense y actúe reconociendo que su familia es su responsabilidad más importante.

Acepte nuevos retos que lo desafíen a cuestionar y romper su precaria seguridad para desarrollarse cada vez más.

Supere con decisión y valor las barreras internas y externas que le impiden actuar en forma proactiva.

Anticípese al futuro diseñando con creatividad y oportunidad acciones preventivas.

Actúe con suma responsabilidad en su trabajo como un camino inteligente para progresar.

Reafirme día a día la responsabilidad que tiene sobre su propia vida.

Sugerencias prácticas

1. Durante un día, preste atención a su lenguaje y al lenguaje de las personas que lo rodean. ¿Con cuánta frecuencia usa y escucha frases reactivas como «Si...», «No puedo...», «Debo...» o «Tengo que...»?
2. Identifique una experiencia que tal vez deba afrontar en un futuro inmediato y en la que, sobre la base de su experiencia pasada, es probable que se comporte reactivamente. ¿Cómo puede responder proactivamente? véase respondiendo de manera proactiva. Recuerde la brecha que existe entre estímulo y respuesta. Comprométase consigo mismo a ejercer su libertad de elegir.
3. Escoja un problema de su vida laboral o personal que le resulte frustrante. Determine si se trata de un problema de control directo, de control indirecto o de control inexistente. Identifique el primer paso que puede dar en su círculo de influencia para resolverlo, y dé ese paso.

Oración

Señor, que alabas la entrega generosa de los sencillos, enséñanos a cultivar un corazón tierno y compasivo.

Tú que aseguras que los pobres de espíritu son los felices condúcenos a la vivencia profunda del consuelo que brota de un corazón que se da...

Tú que llamas felices a los que saben acoger tu paso, tu Palabra, el Don de ti mismo, acompáñanos en el camino largo y difícil de la vida interior y del servicio...

Queremos gozarnos en tu gozo, vivir de tu Vida y ser consolados por ti, único y auténtico Consuelo del corazón de tus hijos...

En ti, contigo, y por ti, queremos acogerte y darte a los que nos rodean. **Que así sea, Señor.**

Coordinación: Equipo de Pastoral

Redacción y Diagramación: M. Zulis Mar M

EMPIECE CON UN FIN EN LA MENTE

Empezar con un fin en mente significa comenzar con una clara comprensión de su destino. Significa saber adónde se está yendo, de modo que se pueda comprender mejor dónde se está, y dar siempre los pasos adecuados en la dirección correcta.

Lo que está delante de nosotros y lo que está detrás es poco importante comparado con lo que reside en nuestro interior.

OLIVER WENDELL HOLMES



Jesús le replicó:

“Mi alimento es hacer la voluntad del Padre hasta llevar a cabo nuestra obra de salvación”

Jn 4,34



¿Jesús tenía un fin en la mente?



ORACION



Este hábito consiste en que nuestra conducta no la debe regir el capricho ni el azar, debemos tener objetivos precisos a los cuales acercarnos: Un título universitario, comprar una casa o un carro, mantener una relación armoniosa con nuestros familiares y compañeros de trabajo. Cada vez que tomemos una decisión importante debemos pensar si ésta nos acerca o nos aleja de nuestros

Un enunciado de la misión personal

El modo más efectivo que conozco de empezar con el fin en mente consiste en elaborar un enunciado de la misión, filosofía o credo personales. Se centra en lo que uno quiere ser (carácter) y hacer (aportaciones y logros), y en los valores o principios que dan fundamento al ser y al hacer.

En el centro

Para escribir un enunciado de la misión personal tenemos que empezar en el centro mismo de nuestro círculo de influencia, ese centro compuesto por nuestros paradigmas más básicos, la lente a través de la cual vemos el mundo.

Lo que haya en el centro de nuestra vida será nuestra fuente de seguridad, guía, sabiduría y poder.

La *seguridad* representa nuestro sentido de la valía, nuestra identidad, nuestra base emocional, nuestra autoestima, nuestra fuerza Personal básica (o la ausencia de ella).

Por *guía* se entiende la fuente de dirección en la vida. Circunscritos por nuestro mapa (nuestro marco de referencia interno que nos interpreta lo que sucede afuera) están las normas, principios o criterios implícitos que día tras día gobiernan nuestras decisiones y acciones.

La *sabiduría* es nuestra perspectiva de la vida, nuestro sentido del equilibrio, nuestra comprensión del modo en que se aplican los diversos principios y partes, y de las relaciones que establecen entre sí. Abarca el juicio, el discernimiento, la comprensión. Es una Gestalt o unidad, un todo integrado.

El *poder* es la capacidad o facultad de actuar, la fuerza y potencia para realizar algo. Es la energía vital para elegir y decidir. Incluye también la capacidad para superar

Señor de la vida y de la historia, Tu que eres todo Amor y Misericordia, Tu que nos llamaste a vivir en clave de Consolación, guíanos en el camino de ser en todo, por todos y para todos Consolación.

Que Tu Espíritu Santo vivifique y fortalezca nuestras vidas. Él, que es dador de carismas a tu Iglesia, nos confirme día a día en la apremiante tarea de ser mensajeros y portadores del Amor Consolador del Padre.

Trinidad Santa, pequeña familia, ilumina nuestras mentes e inunda nuestros corazones para que, como Familia Consolacionista, vivamos en comunión contigo y con los que viven a nuestro lado.

María, Madre del Consolador, que en el silencio de tus días viviste con hondura la voluntad del Padre, guardando en tu corazón las palabras de tu Hijo y actuando siempre impulsada según el espíritu, intercede por nosotros para que cada día seamos más dóciles al Proyecto de Dios en nosotros.

Que como Santa María Rosa Molas, caminemos por este mundo siendo consolación en nuestro entorno más cercano, dejando a nuestro paso huellas de la presencia del Dios del cual proviene todo Consuelo.

Amén .

Coordinación: Equipo de Pastoral

Redacción y Diagramación: M. Zulis Mar M



TALLER: 7 Hábitos de la gente altamente efectiva

HABITO 3

Establezca primero lo primero

Principios de administración personal

Empezar con un fin en mente significa comenzar con una clara comprensión de su destino. Significa saber adónde se está yendo, de modo que se pueda comprender mejor dónde se está, y dar siempre los pasos adecuados en la dirección correcta.

Lo que importa más nunca debe estar a merced de lo que importa menos.
GOETHE

Jesús le replicó:

Jesús le contestó: «El primero es: Escucha, Israel: El Señor, nuestro Dios, es el único Señor, y amarás al Señor, tu Dios, con todo tu corazón, con toda tu alma, con toda tu mente y con todas tus fuerzas. El segundo es: Amarás a tu prójimo como a ti mismo. No existe otro mandamiento mayor que éstos.» Mc12, 28-31



¿Jesús estableció Primero lo primero?



Este hábito consiste en que nuestra conducta no la debe regir el capricho ni el azar, debemos tener objetivos precisos a los cuales acercarnos: Un título universitario, comprar una casa o un carro, mantener una relación armoniosa con nuestros familiares y compañeros de trabajo. Cada vez que tomemos una decisión importante debemos pensar si ésta nos acerca o nos aleja de nuestros objetivos.

MATRIZ DE LA ADMINISTRACION DEL TIEMPO

	Urgente	No Urgente
Importante	I Actividades: <ul style="list-style-type: none"> • Crisis • Problemas apremiantes • Proyectos cuyas fechas vencen 	II Actividades: <ul style="list-style-type: none"> • Prevención, actividades de CP • Construir relaciones • Reconocer nuevas oportunidades • Planificación, recreación
No Importante	III Actividades: <ul style="list-style-type: none"> • Interrupciones, algunas llamadas • Correos, algunos informes • Algunas reuniones • Cuestiones inmediatas, acuciantes • Actividades populares 	IV Actividades: <ul style="list-style-type: none"> • Trivialidades, ajetreo inútil • Algunas cartas • Algunas llamadas telefónicas • Pérdidas de tiempo • Actividades agradables

Algunos ejemplos ilustrativos sobre el hábito de la administración personal, son los siguientes:

Defina en forma prioritaria los objetivos y metas que deberá alcanzar en el corto, mediano y largo plazo.

Decida sobre aquello que no es urgente pero sí importante en su vida . . . y determine actuar en consecuencia.

Precise sus roles y objetivos, esfuércese por cumplirlos. . . y renuévelos.

Establezca un modelo de conducta que le permita ser plenamente interdependiente.

Efectivece sus resultados definiendo previamente la jerarquía de sus obligaciones.

Trabaje y comprométase diariamente sobre su victoria privada.

Practique a diario el uso de su planificador (agenda) para marcar día a día la diferencia.

¡Reflexiona!

y redactar una breve respuesta para cada una de las dos preguntas siguientes? Esas respuestas le resultarán importantes cuando empiece a trabajar con el tercer hábito.

Pregunta 1: ¿Qué puede hacer usted, que no esté haciendo ahora y que, si lo hiciera regularmente, representaría una tremenda diferencia positiva en su vida personal?

Pregunta 2: ¿Qué produciría resultados similares en su vida profesional o en su empresa? Volveremos a estas respuestas más adelante. Pero comencemos por situar el tercer hábito en perspectiva

¡Acompaña nuestro caminar, Señor!

Te buscamos, Señor, porque escuchamos tu voz.

Nos llamas a tu encuentro, y saliste al camino, para mostrarnos el horizonte. Nos invitas a seguirte, nos convocas a una vida nueva.

Contáganos la fe de Abrahán, Padre Bueno, Dios de la Vida generosa, transmite a nuestro corazón la fe profunda del peregrino. Danos fuerza. para sacudir nuestras seguridades, todo lo que nos ata, nuestra manera de ver, de sentir, de pensar, nuestra forma de creer, nuestra imagen de Dios, nuestras seguridades de fe.

Danos la valentía de Abrahán. Su decisión de partir, de cambiar, de afrontar los riesgos de caminar tras tu proyecto. Danos su paciencia, su capacidad, para descubrirte y no seguir de largo, en la vida de todos los días.
AMÉN

Coordinación: Equipo de Pastoral
Redacción y Diagramación: M. Zulis Mar M

Pensar en ganar/ganar Principios de liderazgo interpersonal

Pensar en ganar/ganar es el hábito del liderazgo interpersonal. Implica el ejercicio de las dotes humanas más singulares (la auto-conciencia, la imaginación, la conciencia moral y la voluntad independiente) en nuestras relaciones con los demás. Supone aprendizaje recíproco, influencia mutua, beneficios compartidos.

Hemos confiado la regla de oro a la memoria; ahora confiémosla a la vida.

EDWIN MARKHAM

Jesús le replicó:

Jesús les dijo de nuevo:

La paz esté con vosotros.

Y añadió: Como el Padre me envió a mí, así os envío yo a ustedes" Jn 20,21



¿Jesús pensó siempre en ganar/ganar?



El principio de ganar/ganar es fundamental para el éxito en todas nuestras interacciones, y abarca cinco dimensiones interdependientes de la vida. Empieza con el **carácter**, y a través de las **relaciones** fluye en **acuerdos**. Se cultiva en un ambiente en el que la **estructura** y los **sistemas** se basan en ganar/ganar. Y supone un **proceso**; no podemos alcanzar fines ganar/ganar con medios gano/pierdes o pierdo/ganas.

Ganar/Ganar Es una estructura de la mente y el corazón que constantemente procura el beneficio mutuo en todas las interacciones humanas. Significa que los acuerdos o soluciones son mutuamente benéficos, mutuamente satisfactorios. Todas las partes se sienten bien por la decisión que se tome, y se comprometen con el plan de acción.

Gano/pierdes Es el enfoque autoritario: «Si yo consigo lo que quiero, tú no consigues lo que quieres». Las personas del tipo gano/pierdes son proclives a utilizar la posición, el poder, los títulos, las posesiones o la personalidad para lograr lo que persiguen.

Pierdo/ganas Es peor que gano/pierdes, porque no tiene ninguna norma: ningún requerimiento, ninguna expectativa, ninguna visión. Las personas que piensan en pierdo/ganas por lo general están deseosas de agradar o apaciguar. Buscan fuerza en la aceptación o la popularidad. Tienen poco coraje para expresar sus sentimientos y convicciones, y la fuerza del yo de los demás las intimida fácilmente.

Pierdo/Pierdes Cuando se reúnen dos personas del tipo gano/pierdes es decir, cuando interactúan dos individuos resueltos, obstinados, egoístas, el resultado será pierdo/pierdes. Ambos perderán. Los dos se vuelven vengativos y quieren recobrar lo que se les quite o «hacérselas pagar» al otro, ciegos al hecho de que el asesinato es suicidio, de que la venganza es un arma de doble filo.

Ganar/ganar o no hay trato Significa que, si no podemos encontrar una solución que beneficie a ambas partes, coincidiremos en disentir de común acuerdo: no hay trato. No se ha creado ninguna expectativa, ni se ha establecido ningún contrato.



¡Reflexiona!

1. Haga una lista de los obstáculos que le impiden aplicar con más frecuencia el paradigma ganar/ganar.

2. Seleccione una relación específica en la que le gustaría desarrollar un acuerdo ganar/ganar. Trate de ponerse en el lugar de la otra persona, y ponga explícitamente por escrito de qué modo piensa usted que esa persona ve la solución. Después enumere, desde su propia perspectiva, qué resultados constituirían el «ganar» para usted. Aborde a la otra persona y pregúntele si ella está dispuesta a iniciar un proceso de comunicación y continuarlo hasta que lleguen a un punto de acuerdo y a una solución mutuamente beneficiosa.

3. Trate de identificar a alguien como modelo de pensamiento ganar/ganar que, incluso en situaciones difíciles, procure realmente el beneficio mutuo. Decida observar con mayor atención y aprender con el ejemplo de esa persona.

Salmo de un corazón sincero

Levántate, Señor, en tu bondad y misericordia y acércate al corazón de los hombres; quita la venda de los ojos que no ven sino tinieblas, y ablanda el corazón del hombre soberbio y violento.

Surge, Señor, como una llama viva, en medio de la tierra y atrae hacia ti a los hombres, hijos tuyos, que viven sin conocerse.

Despierta ya, Dios mío, ponte en pie y camina hacia nosotros, tú que eres Señor del hombre y de la Historia.

Despierta ya el corazón del hombre golpeado por el pecado y acógenos a todos como hermanos en tu gran tienda.

Oh Dios, Señor de todos los pueblos, Señor de las naciones, derriba las murallas, destruye los muros y abre puertas y ventanas para que el sol de tu amor y tu justicia unifique la tierra.

Oh Dios, danos un corazón justo, un corazón sincero que busque el bien de todos y no se esconda en el egoísmo.

Oh Dios, danos un corazón inocente y limpio, capaz de olvidarse de sí y preocupado por los **hermanos. AMEN**

Coordinación: Equipo de Pastoral

Redacción y Diagramación: M. Zulis Mar M



TALLER: 7 Hábitos de la gente altamente efectiva

HABITO 4

Pensar en ganar/ganar

Pensar en ganar/ganar es el hábito del liderazgo interpersonal. Implica el ejercicio de las dotes humanas más singulares (la auto-conciencia, la imaginación, la conciencia moral y la voluntad independiente) en nuestras relaciones con los demás. Supone aprendizaje recíproco, influencia mutua, beneficios compartidos.

**Hemos
confiado la
regla de oro a
la memoria;
ahora
confiémosla a
la vida.**

EDWIN MARKHAM

Jesús le replicó:

Jesús les dijo de nuevo:

La paz esté con vosotros.

Y añadió: Como el Padre me envió a mí, así os envío yo a ustedes" Jn 20,21



¿Jesús pensó siempre en ganar/ganar?

Y DIGO YO...



El principio de ganar/ganar es fundamental para el éxito en todas nuestras interacciones, y abarca cinco dimensiones interdependientes de la vida. Empieza con el **carácter**, y a través de las **relaciones** fluye en **acuerdos**. Se cultiva en un ambiente en el que la **estructura** y los **sistemas** se basan en ganar/ganar. Y supone un **proceso**; no podemos alcanzar fines ganar/ganar con medios gano/pierdes o pierdo/ganas.

Ganar/Ganar Es una estructura de la mente y el corazón que constantemente procura el beneficio mutuo en todas las interacciones humanas. Significa que los acuerdos o soluciones son mutuamente benéficos, mutuamente satisfactorios. Todas las partes se sienten bien por la decisión que se tome, y se comprometen con el plan de acción.

Gano/pierdes Es el enfoque autoritario: «Si yo consigo lo que quiero, tú no consigues lo que quieres». Las personas del tipo gano/pierdes son proclives a utilizar la posición, el poder, los títulos, las posesiones o la personalidad para lograr lo que persiguen.

Pierdo/ganas Es peor que gano/pierdes, porque no tiene ninguna norma: ningún requerimiento, ninguna expectativa, ninguna visión. Las personas que piensan en pierdo/ganas por lo general están deseosas de agradar o apaciguar. Buscan fuerza en la aceptación o la popularidad. Tienen poco coraje para expresar sus sentimientos y convicciones, y la fuerza del yo de los demás las intimida fácilmente.

Pierdo/Pierdes Cuando se reúnen dos personas del tipo gano/pierdes es decir, cuando interactúan dos individuos resueltos, obstinados, egoístas, el resultado será pierdo/pierdes. Ambos perderán. Los dos se vuelven vengativos y quieren recobrar lo que se les quite o «hacérselas pagar» al otro, ciegos al hecho de que el asesinato es suicidio, de que la venganza es un arma de doble filo.

Ganar/ganar o no hay trato Significa que, si no podemos encontrar una solución que beneficie a ambas partes, coincidiremos en disentir de común acuerdo: no hay trato. No se ha creado ninguna expectativa, ni se ha establecido ningún contrato.



¡Reflexiona!

1. Haga una lista de los obstáculos que le impiden aplicar con más frecuencia el paradigma ganar/ganar.

2. Seleccione una relación específica en la que le gustaría desarrollar un acuerdo ganar/ganar. Trate de ponerse en el lugar de la otra persona, y ponga explícitamente por escrito de qué modo piensa usted que esa persona ve la solución. Después enumere, desde su propia perspectiva, qué resultados constituirían el «ganar» para usted. Aborde a la otra persona y pregúntele si ella está dispuesta a iniciar un proceso de comunicación y continuarlo hasta que lleguen a un punto de acuerdo y a una solución mutuamente beneficiosa.

3. Trate de identificar a alguien como modelo de pensamiento ganar/ganar que, incluso en situaciones difíciles, procure realmente el beneficio mutuo. Decida observar con mayor atención y aprender con el ejemplo de esa persona.

Salmo de un corazón sincero

Levántate, Señor, en tu bondad y misericordia y acércate al corazón de los hombres; quita la venda de los ojos que no ven sino tinieblas, y ablanda el corazón del hombre soberbio y violento.

Surge, Señor, como una llama viva, en medio de la tierra y atrae hacia ti a los hombres, hijos tuyos, que viven sin conocerse.

Despierta ya, Dios mío, ponte en pie y camina hacia nosotros, tú que eres Señor del hombre y de la Historia.

Despierta ya el corazón del hombre golpeado por el pecado y acógenos a todos como hermanos en tu gran tienda.

Oh Dios, Señor de todos los pueblos, Señor de las naciones, derriba las murallas, destruye los muros y abre puertas y ventanas para que el sol de tu amor y tu justicia unifiquen la tierra.

Oh Dios, danos un corazón justo, un corazón sincero que busque el bien de todos y no se esconda en el egoísmo.

Oh Dios, danos un corazón inocente y limpio, capaz de olvidarse de sí y preocupado por los **hermanos. AMEN**

Coordinación: Equipo de Pastoral

Redacción y Diagramación: M. Zulis Mar M



TALLER: 7 Hábitos de la gente altamente efectiva

HABITO 6

La sinergia

Principios de cooperación creativa

¿Qué es la sinergia?

Simplemente definida, significa que el todo es más que la suma de sus partes. Significa que la relación de las partes entre sí es una parte en y por sí misma. Y no sólo una parte, sino la más catalizadora, la que genera más poder, la más unificadora y la más estimulante.

**SOLOS, podemos
hacer muy poco;
JUNTOS
podemos hacer
mucho"**

Helen Keller

"Llamó a los que él quiso y se acercaron a él. Los llamó apóstoles, para que lo acompañaran y para enviarlos a predicar..." Mc 3, 13-14



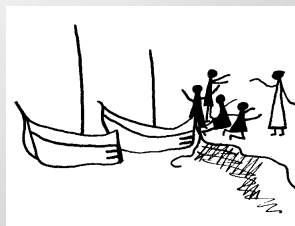
¿Jesús buscó la cooperación entre sus elegidos?



Entendida adecuadamente, la sinergia es la actividad superior de la vida: la verdadera puesta a prueba y manifestación de todos los otros hábitos

Comunicación sinérgica

Cuando uno se comunica con sinergia, simplemente abre su mente, su corazón y sus expresiones a nuevas posibilidades, nuevas alternativas, nuevas opciones. Se diría que de ese modo se deja a un lado el primer hábito (empezar con un fin en mente), pero en realidad ocurre lo opuesto: se pone en práctica. Al comprometerse en la comunicación sinérgica uno no está seguro de cómo saldrán las cosas o cuál será el resultado, pero interiormente experimentamos una sensación de entusiasmo, seguridad y aventura; confiamos en que todo será mejor después del proceso. Y ése es el objetivo en el que pensamos.



¡Reflexiona!

1. Piense en una persona que por lo general ve las cosas de un modo distinto del suyo. Considere de qué modo podrían utilizarse esas diferencias como piedras del camino que llevan a soluciones de tercera alternativa. Tal vez pueda sacar a la luz sus concepciones presentes acerca de un problema o proyecto valorando las diferentes ideas que probablemente escuche.
2. Haga una lista de las personas que le irritan. ¿Representan diferentes concepciones que podrían conducir a la sinergia si usted tuviera una mayor seguridad intrínseca y valorara las diferencias?
3. Identifique una situación en la cual usted desea un mayor trabajo de equipo y sinergia. ¿Cuáles serán las condiciones necesarias para apoyar la sinergia? ¿Qué puede usted hacer para crear esas condiciones?
4. La próxima vez que esté en desacuerdo o se enfrente con alguien, trate de comprender las preocupaciones subyacentes de la posición de esa persona. Oriente esas preocupaciones de un modo creativo y mutuamente beneficioso.

Señor, regálame el don de saber trabajar en equipo, de aportar lo mejor que tengo y poseo... Amén

Coordinación: Equipo de Pastoral
Redacción y Diagramación: M. Zulis Mar M



Afile la sierra

Principios de autor renovación equilibrada

¡Reflexiona!

Consiste en tomar tiempo para afilar la sierra. Engloba a todos los otros hábitos del modelo de los siete hábitos porque es el que los hace posibles.

«Afile la sierra» significa básicamente dar expresión a las cuatro motivaciones. Supone ejercer las cuatro dimensiones de nuestra naturaleza, regular y congruentemente, de manera sabia y equilibrada. Para hacerlo, tenemos que ser proactivos

A veces, cuando considero las tremendas consecuencias de las pequeñas cosas... me siento tentado a pensar... que no hay cosas pequeñas.

BRUCE BARTON

Jesús le replicó:

“Venid a mi todos los que están fatigados y agobiados, y yo los aliviaré. Tomen mi yugo y aprendan de mí, que soy sencillo y humilde de corazón, y hallaran descanso para sus vidas” Mt 11,28-29

Así pues, traten a los demás como quieren que ellos los traten a ustedes, porque en esto consiste la ley y los profetas”

(Mt 7,12)



Y DIGO YO...



Significa preservar y realzar el mayor bien que usted posee: usted mismo. Significa renovar las cuatro dimensiones de su naturaleza: la física, la espiritual, la mental y la social/emocional.

La dimensión física: supone cuidar efectivamente nuestro cuerpo físico: comer el tipo correcto de alimentos, descansar lo suficiente y hacer ejercicio con regularidad.

La dimensión espiritual: proporciona liderazgo a nuestra propia vida. Está altamente relacionada con el segundo hábito. Es nuestro núcleo, nuestro centro, el compromiso con nuestro sistema de valores, un área muy privada de la vida, de importancia suprema. Bebe en las fuentes que nos inspiran y elevan, y que nos ligan a las verdades intemporales de la humanidad. Y tiene en cada persona un carácter muy distinto y diferente.

La dimensión mental: en su mayor parte, nuestro desarrollo mental y nuestra disciplina para el estudio provienen de la educación formal. Pero en cuanto nos libramos de la disciplina exterior de la escuela, muchos dejamos que nuestras mentes se atrofien. Abandonamos la lectura seria, no exploramos con profundidad temas nuevos que no se refieren a nuestro campo de acción, dejamos de pensar analíticamente y de escribir (por lo menos, ya no escribimos con sentido crítico o de un modo que ponga a prueba nuestra capacidad para expresarnos con un lenguaje depurado, claro y conciso).

La dimensión social / emocional: las dimensiones social y emocional están ligadas entre sí porque nuestra vida emocional se desarrolla (primordial pero no exclusivamente) a partir de nuestras relaciones con los otros, y en ellas se manifiesta.



1. Haga una lista de las actividades que lo ayudarían a mantenerse en un buen estado físico, adecuadas a su estilo de vida y con las que usted disfrutaría después de las horas de trabajo.

2. Al final de la semana evalúe su rendimiento. En el caso de que no haya alcanzado esa meta, ¿fue porque la subordinó a un valor auténticamente superior? ¿O no logró usted actuar con integridad respecto de sus valores?

3. Haga una lista análoga de actividades renovadoras de las dimensiones espiritual y mental. En el área social/emocional, enumere relaciones que le gustaría mejorar, o circunstancias específicas en las que la victoria pública le procuraría una mayor efectividad. Elija un ítem de cada área para plantearse como meta de la semana. Llévelo a cabo y evalúe.

4. Comprométase a poner por escrito actividades específicas para «afilar la sierra» en las cuatro dimensiones todas las semanas, a realizarlas y a evaluar su rendimiento y los resultados.

¡Felicidades!

¡Anímo y Adelante!!

Coordinación: Equipo de Pastoral

Redacción y Diagramación: M. Zulis Mar M

EL PRINCIPIO 90/10

Autor: Stephen Covey

Descubre el Principio 90/10

Cambiará tu vida (al menos la forma en cómo reaccionas a situaciones).

¿Cuál es este Principio? El 10% de la vida está relacionado con lo que te pasa, el 90% de la vida está relacionado por la forma en cómo reaccionas.

¿Qué quiere decir esto? Nosotros realmente no tenemos control sobre el 10% de lo que nos sucede.

No podemos evitar que el carro se descomponga, que el avión llegue tarde, lo cual tirará por la borda todo nuestro plan. Un automovilista puede obstaculizarnos en el tráfico.

No tenemos control de este 10%. El otro 90% es diferente. Tú determinas el otro 90%.

¿Cómo?... Con tu reacción.

Tú no puedes controlar el semáforo en rojo, pero puedes controlar tu reacción. No dejes que la gente se aproveche de ti. Tú puedes controlar como reaccionas.

Usemos un ejemplo.

Estás desayunando con tu familia. Tu hija tira una taza de café y chispea tu camisa de trabajo. Tú no tienes control sobre lo que acaba de pasar. Lo siguiente que suceda será determinado por tu reacción.

Tú maldices.

Regañas severamente a tu hija porque te tiró la taza encima. Ella rompe a llorar. Después de regañarla, te volteas a tu esposa y la criticas por colocar la taza demasiado cerca de la orilla de la mesa. Y sigue una batalla verbal. Tú vociferando subes arriba a cambiarte la camisa. Cuando bajas de regreso, encuentras a tu hija demasiado ocupada llorando terminándose el desayuno y estar lista para la escuela. Ella pierde el autobús.

Tu esposa debe irse inmediatamente para el trabajo. Tú te apresuras al carro y llevas a tu hija a la escuela. Debido a que tú ya estas atrasado, manejas 40 millas por hora en una velocidad máxima de 30 millas por hora.

Después de 15 minutos de retraso y obtener una multa de tráfico por \$60.00, llegas a la escuela. Tu hija corre a la escuela sin decirte adiós. Después de llegar a la oficina 20 minutos tarde, te das cuenta que se te olvidó el maletín. Tu día empezó terrible. Y parece que se pondrá cada vez peor. Ansías llegar a tu casa.

Cuando llegas a tu casa, encuentras un pequeño distanciamiento en tu relación con tu esposa y tu hija.

¿Por qué? Debido a cómo reaccionaste en la mañana. ¿Por qué tuviste un mal día?

A) ¿El café lo causó?

B) ¿Tu hija lo causó?

C) ¿El policía lo causó?

D) ¿Tú lo causaste?

La respuesta es la **“D”**.

Tú no tenías control sobre lo que pasó con el café. La forma en cómo reaccionaste esos 5 segundos fue lo que causó tu mal día.

Te presento lo que debió haber sucedido.

El café te chispea. Tú hija está a punto de llorar. Tú gentilmente le dices: “está bien, cariño, sólo necesitas tener más cuidado la próxima vez. Después de agarrar una camisa nueva y tu maletín, regresas abajo y miras a través de la ventana y ves a tu hija tomando el autobús. Ella voltea y te dice adiós con la mano.

¿Notas la diferencia?

Dos escenarios diferentes. Ambos empezaron igual. Ambos terminaron diferente. ¿Por qué?

Tú realmente no tienes control sobre el 10% de lo que sucede. El otro 90% se determinó por tu reacción.

Aquí están algunas formas de aplicar el **Principio 90/10**. Si alguien te dice algo negativo acerca de ti, no lo tomes muy a pecho. Deja que el ataque caiga como el agua sobre el aceite. No dejes que los comentarios negativos te afecten.

Reacciona apropiadamente y no arruinará tu día. Una reacción equivocada podría resultar en la pérdida de un amigo, ser despedido, te puedes estresar, etc.

¿Cómo reaccionar si alguien te interrumpe en el tráfico?, ¿pierdes tu carácter?, ¿golpeas sobre el volante? (a un amigo mío se le desprendió el volante), ¿maldices?, ¿te sube la presión?

¿A quién le preocupa que llegues 10 segundos tarde al trabajo?, ¿por qué dejar que los carros te arruinen el viaje?

Recuerda el **Principio 90/10** y no te preocupes de eso.

Tú has dicho que perdiste el empleo.

¿Por qué perder el sueño y ponerte enojado? No funcionará. Usa la energía de preocupación y el tiempo para encontrar otro trabajo.

El avión está atrasado. Va a arruinar la programación de tu día. ¿Por qué manifestar frustración con el encargado de la aerolínea? Él no tiene control de lo que está pasando.

Usa tu tiempo para estudiar, conocer a otros pasajeros, ¿por qué estresarse? Eso hará que las cosas se pongan peor.

Ahora ya conoces el **Principio 90/10**. Aplícalo y quedarás maravillado con los resultados. No perderás nada si lo intentas. **El Principio 90/10 es increíble**. Muy pocos lo conocen y aplican este principio.

¿El resultado?

Millones de personas están sufriendo de un estrés que no vale la pena, sufrimientos, problemas y dolores de cabeza. Todos debemos entender y aplicar el **Principio 90/10**.

¡Puede cambiar tu vida!

Disfruta...

ANEXO 5

Carisma

Esclavas del Sagrado

Corazón de Jesús





Santa Rafaela María

❖ **Nació el 1 de marzo de 1850
en España**

❖ **Fundadora de las Esclavas del
Sagrado Corazón de Jesús**

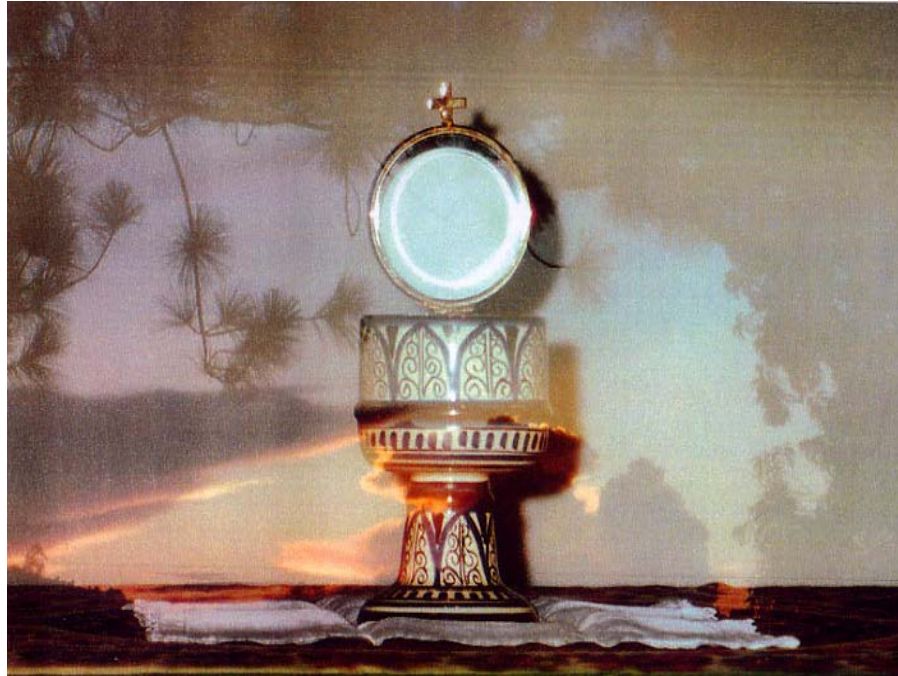
❖ **Carisma de la Reparación**

❖ **Espiritualidad Ignaciana**



**Contemplando
el Corazón de
Cristo...
abierto y lleno de
misericordia**

**La lleva a querer responder
al Amor de Dios, amando**



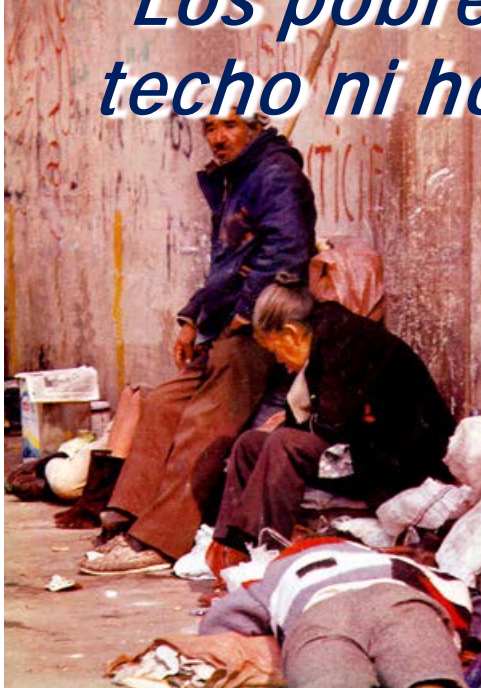
Del contacto diario con Jesús eucaristía y la adoración, brotó la fuerza de su entrega a la misión, la confianza con la que intercedía por el mundo, y el deseo de que el amor de Jesucristo, que salva y repara, llegara a todas las personas.

OBSERVAR

*Los niños
sin escuela...*



*Los pobres sin
techo ni hogar...*



*El llanto de
tantos niños...*



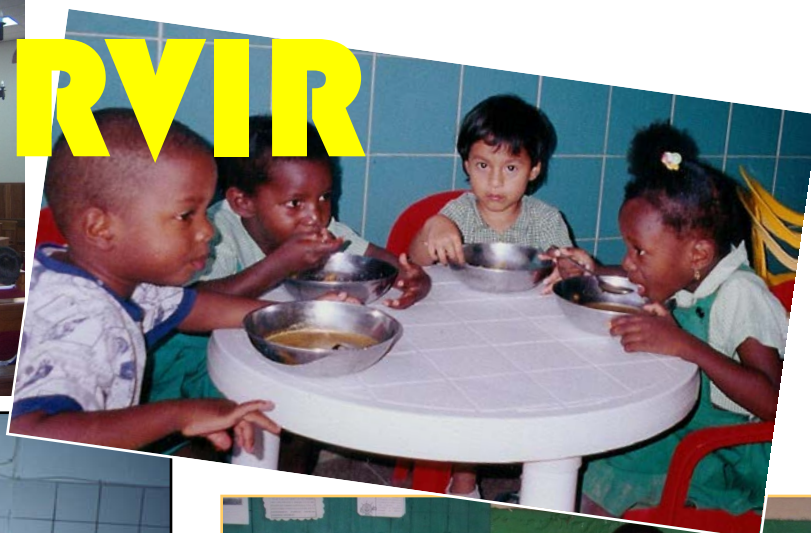
AMAR

ESCUCHAR

ADORAR



SERVIR



ACTUAR

Reparar...

□ RECONCILIAR

❖ *Dar aliento ... Escuchar...*
Acompañar

✓ **Recuperar la dignidad de la persona...**

**Reparar al Corazón de
Jesús presente en cada
ser humano, roto por
diferentes circunstancias:
pobreza, soledad,
ignorancia...**

Pacific Ocean

CLICK HERE FOR LARGER MAP

Colombia

EQUATOR

Ecuador

Peru

ECUADOR

100 mi



ANEXO 6

Oración personal



Pausa Ignaciana

Este es un ejercicio típico de la Espiritualidad de San Ignacio, antiguamente se le conocía con el nombre de “examen de conciencia”. Pero la intención de Ignacio supera la mera constatación de las faltas que ese nombre parecía sugerir. Por eso actualmente quienes practican la espiritualidad de San Ignacio la llaman *pausa ignaciana*. Ella consiste en unos minutos al final de la jornada, bajo la luz de Dios, para evaluar cómo hemos procedido durante este día que fenece y comprometernos para la jornada siguiente. No se trata de buscar únicamente errores o faltas que hayamos cometido hoy, sino que debemos observar las *mociones espirituales de consolación y desolación*, para en ellas vislumbrar la acción divina y la dirección que el mismo Dios quiere imprimir a nuestra vida.

Para este efecto, San Ignacio propone los siguientes pasos:

1. Dar gracias a Dios.

2. Pide luz al Señor para descubrir lo que Dios me puede haber dicho o enseñado.

“Concédeme Señor, tu gracia, para que todos mis pensamientos, palabras y acciones, vayan puramente ordenadas a tu mayor servicio y alabanza”.

3. Relee tu cuaderno -pon atención a las frases o ideas me más te han impactado- y, luego, examina despacio las Pistas de reflexión:

- ¿Qué he asimilado en este día?
- ¿Cuáles han sido los sentimientos más predominantes de hoy?
- Mociones: que sientes que Dios te dice, pide y/o enseña.
- ¿Qué ideas han predominado? Condensa en una frase el fruto de tu trabajo y de tu comprensión personal.

4. Reacciona: pide perdón al Señor si no has puesto lo mejor de tu parte en el trabajo de este día o agrádecele por todo lo que has podido elaborar hoy.

5. Elabora un compromiso concreto para el día siguiente y despídete del Señor.

Oración de Ofrecimiento de San Ignacio

*Tomad Señor y recibid,
toda mi libertad,
mi memoria,
mi entendimiento,
y toda mi voluntad.
Todo mi haber y mi poseer.
Vos me lo disteis,
a vos Señor lo torno.
Todo es vuestro,
disponed a toda vuestra voluntad.
Dadme vuestro amor y gracia
que esta me basta.*

ANEXO 7

ESCLAVAS DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS



Dibujos e idea: H. María de Torres aci

MISIÓN Y ESPÍRITU DEL INSTITUTO



R
E
L
A
C
I
Ó
N



D
E

A
M
O
R



L

L

A

M

A

D

A

R
E
S
P
U
E
S
T
A



ACCIÓN

Desde una
misión reparadora

Como
cuerpo

Trabajando por
la justicia
en el amor

Desde una
educación
evangelizadora

Con el
Testimonio
de vida

Manteniendo
la preferencia
por los pobres

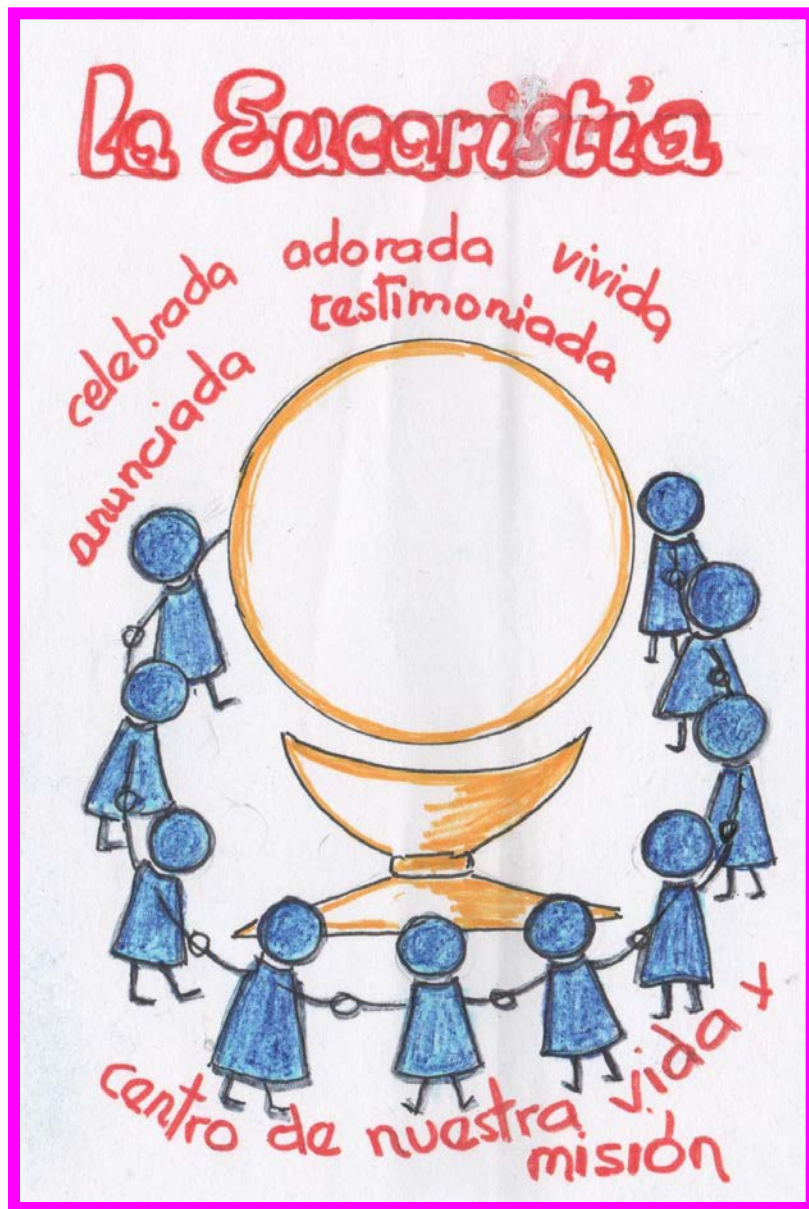
Somos Iglesia

APOSTÓLICA

A
C
C
I
O
N
A
P
O
S
T
O
L
I
C
A

REPARACIÓN





E
U
C
A
R
I
S
T
I
A

D
O
N
A
C
I
Ó
N



BIBLIOGRAFÍA

ARIAS Luna Juan, *Curso de espiritualidad cristiana*, Colección Academia 2, Editorial Verbo Divino, Quito 2002.

AA.VV., *Congreso Continental Latinoamericano de Vocaciones*, Documento Conclusivo. 2011.

BIBLIA DE JERUSALÉN, Editorial Desclee de Brouwer, Bilbao 1982.

CABARRUS, Carlos Rafael, *La danza de los íntimos deseos: siendo persona en plenitud*, Editorial Desclee de Brouwer, Bilbao, 2006.

_____, *Cuaderno de bitácora, para acompañar caminantes: Guía psico-histórico-espiritual*, Editorial Desclee de Brouwer, Bilbao, 2007, cuarta edición.

_____, *Crecer bebiendo del propio pozo: taller de crecimiento personal*, Editorial Desclee de Brouwer, Bilbao, 1998.

CÓDIGO DE DERECHO CANÓNICO, Edición bilingüe comentada, Madrid, BAC, 1985.

CONCILIO VATICANO SEGUNDO, *Constituciones, Decretos, Declaraciones*, Madrid, BAC, 1990.

ESCLAVAS DEL SAGRADO CORAZÓN DE JESÚS, *Constituciones*. Roma, 1983.

ESCUELAS PÍAS, *El acompañamiento Espiritual, Curso para directores espirituales*, Bogotá, 2000.

GALILEA Segundo, *El camino de la espiritualidad*, Paulinas, Bogotá 1982.

GUTIÉRREZ Gustavo, *Teología de la liberación*, Brescia, 1973, segunda edición.

LOYOLA Ignacio, *Ejercicios espirituales*, Editorial Ideaz, Quito 2011.

MOVILLA Secundino, *Encuentros vocacionales con jóvenes*, Editorial CCS, Madrid. 2004, segunda edición.

PEDRAJAS Moreno Alfonso, sj. *¿Llamados y elegidos?: la atenta tarea de la pastoral vocacional*, Editorial Verbo Divino, Bolivia 2008.

YAÑEZ, Inmaculada, *Amar siempre*, Editorial S.A., Madrid, 2009.

_____, *Hemos creído en el amor*, manuscrito, Roma, 1975.

_____, *Cimientos para un edificio*, Editorial Católica, Madrid, 1979.

_____, *Palabras a Dios y a los hombres, Cartas y Apuntes Espirituales*, editorial S.A., Madrid, 1989.

Página Web

<http://www.esclavassagradocorazon.es/marcos.htm>. Abril 24/2012